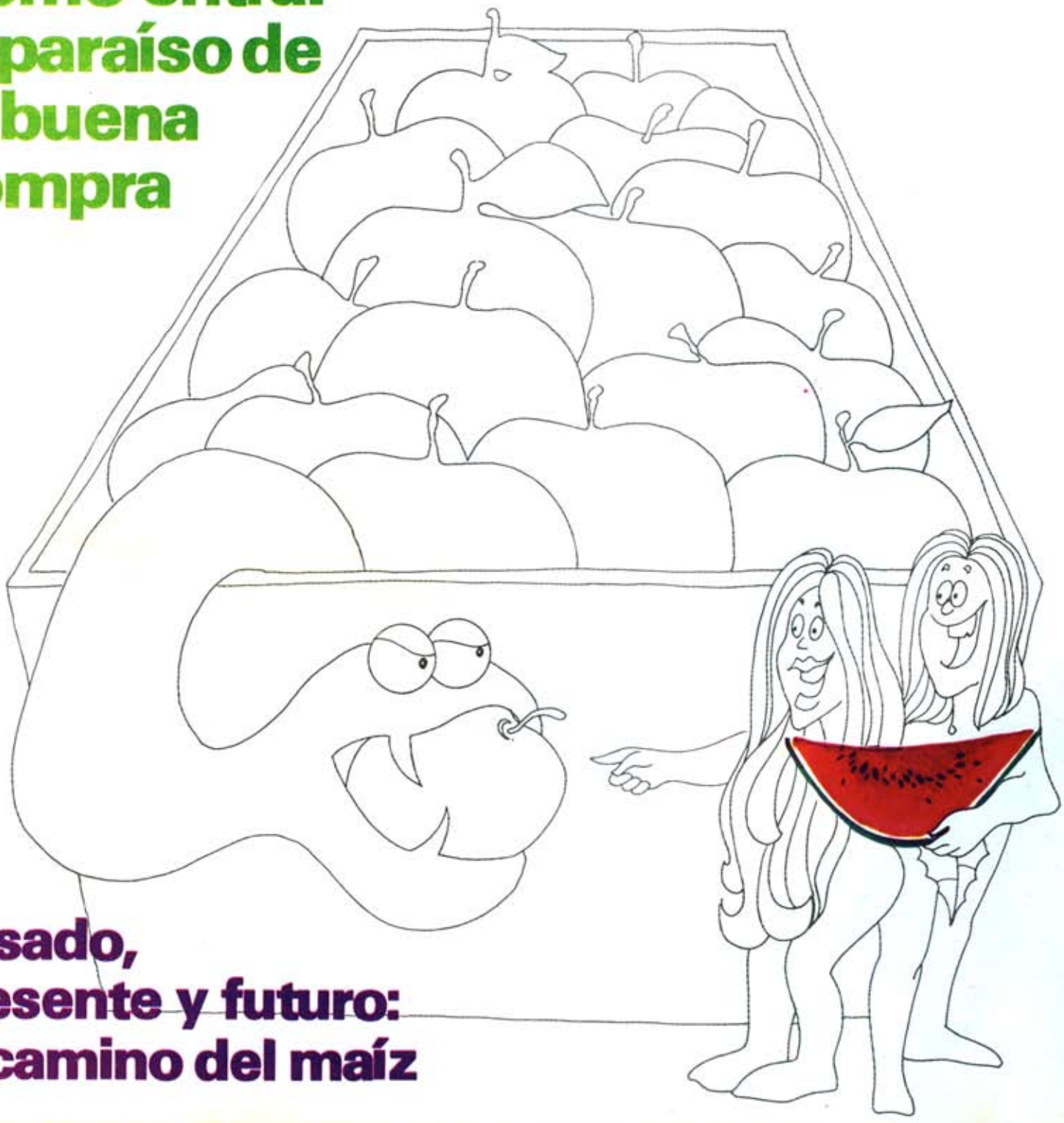
revista del
consumidor
No. 64
JUNIO DE 1982
TREINTA y CINCO PESOS
informa, capacita y orienta
UNA PUBLICACION DEL INSTITUTO NACIONAL DEL CONSUMIDOR

Cómo entrar al paraíso de la buena compra



Pasado, presente y futuro: el camino del maíz

REALIDAD TELEVISIVA VS. REALIDAD NACIONAL

Los niños mexicanos reconocen más los "slogans" publicitarios que las frases célebres de los héroes de nuestra independencia.*

Casi todos los niños (el 92 por ciento) identifican sin vacilaciones la súplica "recuérdame" como perteneciente al gansito Marinela. Sin embargo al tratarse de una frase tan relevante en la historia nacional como "Viva la independencia", tan sólo los dos tercios de los niños (el 64 por ciento) reconocen que su autor es don Miguel Hidalgo.

Como hemos dicho otras veces, los niños son las víctimas y no los responsables de esta distorsión en el proceso de incorporación de información y conocimientos. Cualquier niño que pasa cuatro horas diarias ante la "tele" redondea al año 1,460 horas televisivas contra 920 horas de escuela. Y la cuestión no es sólo matemática. ¿Cuántos son los padres que platican con sus hijos sobre estos temas, que les ayudan a ver televisión críticamente, que transforman nuestra historia en un relato apasionante? Si lo hiciera la inmensa mayoría, no hay dudas que los resultados de la encuesta serían diferentes; entonces sí, el conocimiento de la realidad nacional le ganaría la partida al influjo del mundo televisivo.

INSTITUTO NACIONAL DEL CONSUMIDOR

* Según la investigación **"Realidad Televisiva VS. Realidad Nacional"** del Departamento de Planeación del INCO, efectuada en 1981.

Entre al paraíso de la buena compra

La buena compra es la de la conciencia; el que haga una buena compra deberá poner un especial empeño personal; los flojos, los no solidarios, los que no se respeten a sí mismos, los que no valoren el esfuerzo que les costó ganar el dinero, no podrán hacerla. Y serán los mismos que exigen y dan mordidas, los que contaminan desaprensivamente, los que colaboran a desquiciar el tránsito, los que hacen de la vida una competencia, los que no saben otra cosa que tener y tener.

Hay muchas formas de comprar bien, tantas como de comprar mal. Y en este momento una mala compra incide directamente en la estructura, ya no del bolsillo individual, sino de todo el país. Por eso, ante las prisas de todos los días, la publicidad machacona, las mañas de algunos comerciantes y los precios que suben, conviene hacer un alto, organizar el gasto, sopesar con calma las necesidades reales y, en definitiva, entrar al edén de la buena compra.

EN LA CARNE

— Si es de res, la chuleta debe ser color rojo claro, la carne molida debe ser rosada (si es muy oscura es mala carne y si es muy blanca tiene mucha grasa) y la milanesa delgada, sin nervios y sin grasa.

— Si es de cerdo, la milanesa debe ser blanca rosada, al igual que la chuleta y la pulpa.

— Evite consumir carnes frías y salchichas sin marca o sin refrigeración. Rechácelas si presentan zonas verdosas y refrigérelas.

— Si compra pollo, cerciórese de que tenga el sello de sanidad y rechácelo si presenta un olor fuerte. Las vísceras son nutritivas; contienen calcio y proteínas.

— El pescado fresco se reconoce por su carne firme, olor suave, ojos brillantes, redondos y claros, agallas rojas y piel lustrosa.

EN LA VIVIENDA

— Cuando compre casa o condominio no tema preguntar. Exija que le aclaren todas las dudas.

— Solicite que le desglosen el presupuesto para saber cuánto le están cobrando por cada concepto: capital, intereses, comisiones, etc.

— Lea cuidadosamente cualquier documento antes de firmar y, por supuesto, jamás firme un documento en blanco.

— Recurra preferentemente a una institución bancaria antes que a corredores inmobiliarios.

— Si renta, recuerde que el arrendador (propietario) tiene la obligación de entregar al inquilino la vivienda con todos sus elementos, como puertas, ventanas, vidrios, etc.

— El arrendador deberá responder por los daños y perjuicios que sufra el inquilino a consecuencia de los defectos ocultos de la casa.

— Si el arrendador vende la vivienda, el nuevo propietario tiene la obligación de respetar el contrato de arrendamiento en todos sus términos.

Hoy, más que nunca, es un imperativo ejercer el poder consumidor. Quien no lo ejerce, quien se conforma y sólo se lamenta en el callado ámbito de su fuero interno, corre el riesgo de anular —o disminuir sensiblemente— su capacidad adquisitiva. Quien se automargina del poder consumidor, quien vive para tener y únicamente se complace en el peligroso deporte de comprar, no sólo atenta contra su bolsillo, sino contra la economía nacional.

Vivir ajeno a los buenos hábitos de consumo, dejándose llevar por la primera impresión de la mercancía, por presentaciones atractivas o por insistentes mensajes publicitarios, es prácticamente un suicidio. Para contrarrestar los embates consumistas que nos exigen gastar y gastar, para que el dinero rinda y no se desintegre en los aparadores y en los productos deficientes, caros o innecesarios, sólo hay un camino: el paraíso de la buena compra.

Ciertamente, paraíso en sentido figurado; la felicidad no se consigue con una compra —ni buena ni, mucho menos, mala—. Pero puestos en el camino de la comparación y quizá abusando de la alegoría, podemos decir que hay consumidores que no resisten la tentación de la serpiente que presenta la manzana transformada en artículos lujosos, confortables establecimientos y ostentosas presentaciones.

En rigor, la buena compra no es exactamente ese paraíso que resuelva todos los males; pero aquí y ahora, en la presente coyuntura que nos ha tocado vivir, se nos ocurre como la mejor recomendación para enfrentar la crisis.

Lograr la buena compra es compromiso de todos. Y hay muchas maneras de comprar bien. Para el licenciado Rafael Martínez, subdirector de Orientación Comercial en la Secretaría de Comercio (Secom), la buena compra es: **"la adquisición de lo realmente necesario y a los mejores precios; así como evitar las compras de pánico y de productos suntuarios".**

Por su parte, la licenciada Concepción Rivera Centeno, subdirectora de Organización Colectiva en la Procuraduría Federal del Consumidor (PFC), subraya la importancia de conocer previamente lo que vamos a comprar. **"Por eso** —advierte— **es preciso hacer una lista y así evitar adquirir cosas innecesarias".**

Y es que, hay que decirlo, es común encontrar amas de casa que entran al supermercado por jitomate y cebollas y salen con el carrito lleno de productos que lucían muy bien en los estantes.

Por supuesto, no es nada fácil hacer sistemáticamente las buenas compras. Y es que la sociedad de consumo ha otorgado al acto de comprar otros significados; es así que en ocasiones la adquisición es un medio para sentir —publicidad mediante— que uno está "a la moda", que ostenta aparentes riquezas y se diferencia de los demás. El costo de esta ilusión no sólo la paga con creces el bolsillo del consumidor; también cobra su cuota en la deficiente alimentación de nuestros niños, en las angustias por las quincenas apremiantes y, en ocasiones, en la existencia de algunas conductas inescrupulosas por parte de ciertos comerciantes. De ahí, entre otras cosas, que la buena compra sea un arma inseparable de todo consumidor que se respete.

"Antes gastaba mucho en cosas que no necesitaba y compraba en cualquier lugar. Ahora comparo precios y hago una lista de lo que necesito. Gasto lo mismo que antes, pero puedo adquirir mejores cosas y vivo mejor", comenta la señora Julia Noriega, ama de casa de la colonia San Mateo, que ha empezado a descubrir los beneficios de la buena compra.

Este televisor costaba el pasado 6 de mayo 26,695 pesos en las tiendas General Electric y 16,895 pesos en Mosqueta. Quien comparó realizó la buena compra; quien no lo hizo pagó casi 10 mil pesos de más.

Sólo lo necesario

Para la señora Georgina García, ama de casa de la Unidad Fovissste, la buena compra consiste en **"adquirir solamente lo necesario y enterarse de dónde dan los precios más bajos. No hay que dejarse llevar nada más por las ofertas ni gastar de más por comprar cosas que no son indispensables".**

Esto, y más, es la buena compra, requisito indispensable para ejercer el poder consumidor. Poder que ha demostrado ser capaz, incluso, de acabar con alzas injustificadas de precios. Es el caso de algunas familias de Iztacalco y Narvarte que se negaron a comprar pan dulce en tanto no disminuyera el excesivo precio. Al ver una sensible disminución en las ventas, los dueños de las panaderías tuvieron que vender el producto al precio anterior (ver "Tribuna" en la Revista del Consumidor 62). No hay duda de que estos consumidores ejercieron el poder consumidor para realizar buenas compras.

Los consumidores conscientes, aquellos que saben el trabajo que cuesta ganar un peso, conocen lo que es una buena compra. Y han descubierto que la buena compra es acérrima enemiga de comprar por comprar, de marearse con las ofertas, de adquirir impulsivamente y a último momento, de obedecer ciegamente a la publicidad y de comprar por imitar a otros y ganar prestigio.

"En enero de este año —confiesa Jesús Gámez, empleado de la UNAM— **compré juguetes para mis hijos con motivo del Día del Niño. Algunos de ellos los adquirí de 'fayuca' pero me arrepentí para siempre cuando mis hijos los abrieron. La mayoría de los juguetes estaban defectuosos; les faltaban piezas, no tenían instructivo ni, por supuesto, nota de venta; en esas circunstancias era imposible reclamar. Fue una mala compra porque la hice a ciegas, impulsivamente; creí que iba a ahorrar pero malgasté como 4 mil pesos en juguetes que no sirvieron".**

Semejantes posturas ante el consumo distan mucho de llevar al "paraíso" de la buena compra. Si queremos llegar ahí necesitamos, más bien, la brújula de la reflexión.

— Compare precios. Este es el rubro en donde se detectan mayores diferencias de un establecimiento a otro.

— Averigüe si el precio que usted paga incluye entrega, flete, instalación y aditamentos.

— Revise bien la garantía, debe indicar duración, alcance, condiciones y manera de hacerla efectiva.

— Revise que venga el instructivo y léalo detenidamente antes de usar el aparato.

— Cerciórese de que vendan refacciones para el producto que piensa comprar. Exija que se lo prueben antes de adquirirlo.

— Prefiera las planchas con termostato.

— Considere que un radio que funciona con pilas representa un mayor gasto que con funcionamiento de corriente.

— Asegúrese que el televisor no tenga orificios por donde pueda introducir los dedos un niño. Prefiera los transistorizados y rechácelo si está muy frágil.

— Asegúrese de que el control de temperatura en los refrigeradores, así como la lámpara, estén ubicados al frente del aparato; y que las terminales del capacitador no se expongan al contacto accidental.

— Al comprar aspiradora considere si necesita todos los aditamentos; muchas veces sólo encarecen el producto.

— Recuerde que una licuadora de 10 velocidades le brinda prácticamente el mismo servicio que una de tres.

— La mejor mezclilla es la de 14 onzas (se reconoce por ser gruesa y pesada). Si quiere que destiña al azul elija la que esté tratada con colorante índigo; se reconoce porque huele a ajo y porque al revés de la tela —cuando tiene el tejido "sarga"— presenta rayas diagonales azules y blancas. El tejido "sarga" es el que proporciona más cuerpo a la ropa de mezclilla.

— Recuerde que las camisas elaboradas 100 por ciento con material sintético son calurosas en verano y frías en invierno; son más confortables las que tienen mezcla de algodón.

— Las tallas que vienen en número son más precisas que las tallas indicadas con letra.

— Revise que las prendas indiquen claramente las instrucciones de lavado y planchado.

— Si compra ropa en una barata cerciórese de que no está defectuosa

— Procure probarse las prendas antes de comprarlas. Si no es posible, asegúrese de que se las puedan cambiar en caso de que no le queden.

— Dura más el calzado pegado y cosido que si únicamente está pegado.

— Por lo general vale la pena reparar el calzado; tome en cuenta que las costuras que no están protegidas, así como las hebillas y adornos, suelen dar problemas al repararlo.

— Al comprar calzado procure que la piel sea suave y flexible.

— Los tacones demasiado altos pueden averiarse fácilmente y provocar daños en el pie.

Cuando alguien se informa previamente acerca de lo que va a comprar, conoce bien sus necesidades y los recursos con que cuenta, no hay duda de que está haciendo una buena compra.

Y es que muchas veces la compra deriva de cualquier impulso momentáneo. **"En Gigante Mixcoac** —relata Alejandrina Guillén, maestra de primaria— **pusieron las cubetas en oferta; compré varias y presentaron muchos defectos, tenían algunas rajadas y la agarradera no servía. Cuando quise cambiarlas me salieron con que la mercancía en oferta no tiene devolución".**

Por su parte, Erika Romero, de Las Arboledas, confiesa que fue a Plaza Satélite a comprar un libro que necesitaba para la escuela y salió con discos y ropa. **"Gasté 200 pesos en el libro y como 1,500 en cosas que no necesitaba".**

Los mandamientos de la buena compra

Para evitar esto, y que la fascinación de la oferta o el escaparate no le ganen la partida, conviene seguir ciertos principios:

* Definir una escala de necesidades, determinando cuáles son indispensables, cuáles ocasionales y de cuáles se puede prescindir.

* Planear el gasto a corto y mediano plazo, sin olvidar una reserva para imprevistos. Una excelente manera de controlar el gasto es mediante un presupuesto que se respete a toda costa.

* Hacer las compras de la casa semanal o quincenalmente examinando con cuidado los productos que se adquieren.

* Considerar la utilidad, precio, duración, rendimiento y calidad de cada artículo y aprovechar las baratas reales así como los puntos de venta que ofrezcan el precio más bajo.

* Eludir las trampas de la publicidad consumista — ya sea que se trate de fechas especiales, supuesta calidad de "importación" o promesas de éxito o prestigio a partir de la compra— y atenerse a las necesidades definidas previamente.

* Reclamar con firmeza ante los abusos, aprender a quejarse y hacer valer los derechos del consumidor.

¿Cuál es más barata?, ¿cuál presenta mayor contenido? ¿cuál tiene ingredientes más saludables?. Para hacer la buena compra es importante comparar y leer las etiquetas.

Respecto de esto último, la licenciada Rivera Centeno expresa que la PFC lleva a cabo la organización de Comités de Protección al Consumidor, en los que brinda una orientación sobre la ley y su uso, así como de la formación de buenos hábitos de consumo. **"En los Comités, se despierta el interés del consumidor para que no tenga dudas sobre la mejor forma de comprar; así, cuando la carne tiene un precio muy alto, por ejemplo, sepa de qué manera sustituirla".**

Las etiquetas son importantes

Como éstas, existen otras brújulas que orientan al consumidor para hacer una buena compra. Una de llas consiste en leer atentamente las etiquetas de los productos para conocer su composición y la fecha de caducidad, así como obedecer los instructivos correspondientes.

Un testimonio de lo anterior lo proporciona Patricia Zaragoza, estudiante de la colonia del Valle: **"En los supermercados Oxxo** —indica— **es común encontrar los yoghurts en mal estado. El otro día, después de comprar tres, me di cuenta de que la fecha de caducidad estaba bastante atrasada. Reclamé y me los cambiaron, pero me costó una alegata de media hora. Si hubiera leído las etiquetas antes de adquirirlos me hubiera evitado todo esto".**

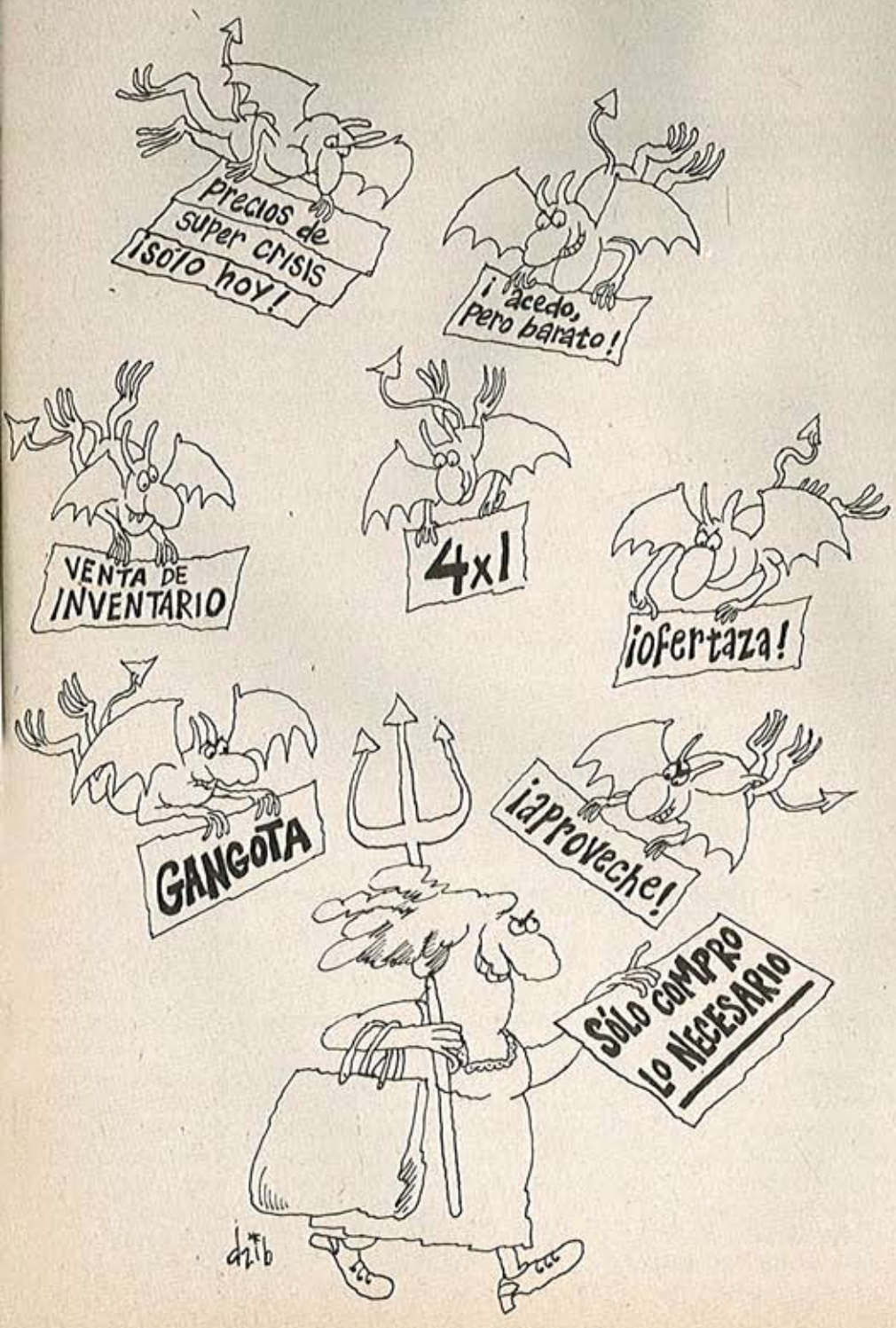
De igual manera es recomendable preguntar a otros consumidores para aprovechar las experiencias ajenas e, incluso, consultar con los expertos. **"Cuando compré mi casa pregunté a varios amigos si no ha-**

bían tenido dificultades al adquirir su vivienda. Muchos me dijeron que sí —a uno de ellos todavía no se la entregan— y terminé comprando en donde obtuve mejores referencias; incluso fui a la Procuraduría Federal del Consumidor", expresa Joaquín Mendoza, profesor en el IPN.

Y en verdad es recomendable aprovechar las herramientas que están al servicio del público —como la PFC o el INCO— para hacer una buena compra. Un ejemplo basta: si el pasado 6 de mayo usted compró un televisor General Electric modelo TVC Portacolor en alguna de las tiendas General Electric, habrá gastado casi 10 mil pesos innecesariamente; y es que ese día el INCO publicó una Transparencia de Precios donde informaba que el mismo modelo, que en General Electric costaba 26,695 pesos, en Mosqueta se vendía a 16,895.

Comparar antes de comprar

De ahí la importancia de comparar precios, ya sea consultando las



— Las fresas no duran más de dos días consúmalas de inmediato y prefiera las de color rojo brillante. Si las compra en canastilla no se deje llevar por la apariencia de las frutas de arriba.

— Rechace las manzanas descoloridas, blandas, resecas y arrugadas, con áreas húmedas, pelillos blancos y zonas café oscuro.

— El melón está a punto cuando se siente blando al presionar sobre ambos diámetros, pero no totalmente flojo.

— Las naranjas no requieren refrigeración. Evite las de cáscara gruesa pues contienen poco jugo.

— La piña debe consumirse de inmediato en cuanto su color verde oscuro (de la cáscara) se vuelve anaranjado.

— Los plátanos están maduros cuando se sienten tersos, firmes y presentan un color amarillo.

— Una buena sandía debe emitir un sonido sordo —como madera— cuando se golpea con los nudillos. El sonido metálico es signo de inmadurez.

— Evite comprar limones de color amarillo oscuro o apagado, con piel endurecida o encogida, manchas blandas, moho en la superficie o heridas profundas.

— Rechace los aguacates que tengan manchas negras hundidas en la cáscara y aquellos cuya cáscara esté rota o agrietada.

— La venta de "particular a particular" y en los mercados de automóviles suele tener precios más bajos que en un lote establecido; sin embargo, éste le ofrece garantía en caso de algún defecto en la unidad y no representa problemas en cuanto a la documentación del vehículo.

— Al comprar auto usado exija la documentación completa consistente en: factura original con todos los endosos, tarjetón del Registro Federal de Vehículos, tarjeta de circulación, placas y los comprobantes del pago de tenencia de los últimos cinco años.

— Fíjese si el auto tiene golpes o defectos en la carrocería, revise las salpicaderas, las láminas interiores del cofre y cajuela y las tolvas. Inspeccione el interior: forros, asientos, pedales, alfombras, etc.

— Asegúrese de que todo funciona bien: instrumentos del tablero, claxon, luces, ventanillas, cerraduras y demás accesorios.

— De ser posible haga revisar el auto por un mecánico de confianza antes de comprarlo; pídale que revise la compresión, la alineación de las ruedas, los frenos y amortiguadores.

— Maneje la unidad antes de adquirirla; cerciórese de que entran bien los cambios de velocidad, frenos, "clutch", etc.

— Tome en cuenta que pagarlo al contado le ahorra muchos intereses. Procure regatear: el vendedor está consciente de eso al poner el precio.

— De ser posible evite entregar a cuenta el auto que usted tiene; un particular le pagará un mejor precio.

Transparencias del INCO, llamando al 568-87-22 o haciéndolo en los propios lugares de venta, como la señora Catalina Islas (terapista del lenguaje) o Francisco Castro (psicólogo): **"En El Sardinero de Villa Coapa** —relata la señora Islas— **había un gran cartel que decía 'Queso fresco a sólo 180 pesos el kilo'. Luego busqué el precio normal en el queso y descubrí que era 20 pesos más barato; obviamente compré el que no estaba 'rebajado'."** El señor Castro, por su parte, anota: **"Al comprar miel de abeja en Comercial Mexicana Mixcoac encontré que los frascos del fondo tenían un precio más bajo que los del frente".**

De igual manera, quien busca la buena compra sabe que las tiendas oficiales y sindicales suelen ofrecer mejores precios. Y que se logran importantes descuentos si se adquieren grandes volúmenes de mercancía en unión con otros consumidores (ver "Vamos de compras... en común", Revista del Consumidor 54).

Con respecto a las ofertas y baratas, conviene aprovecharlas sólo cuando se trate de productos que realmente se necesitan. En todo caso hay que revisar que los precios sean efectivamente más bajos y que la mercancía no esté defectuosa.

Y si se trata de ventas a domicilio hay que exigir antes que nada la identificación al vendedor, y no firmar ningún papel en blanco o sin antes haberlo leído detenidamente. En este y todos los casos exija comprobantes de sus compras y consérvelos; son muy útiles para cualquier reclamación.

Lo más sencillo es lo mejor

Al hablar de la buena compra, el licenciado Rafael Martínez, de Secom, opina que los mexicanos solemos consumir desorganizadamente. **"Por ejemplo, mucha gente come tacos que son muy caros y posiblemente gasta más que si comprara un kilo de huevo y un kilo de papas que servirían para que comieran cinco o seis personas."**

A decir del licenciado Luis Lesur, coordinador de la revista "Cómo hacer mejor" que edita la SEP, una buena compra consistiría en **"aprender a bordar y adquirir sólo los materiales en vez de comprar un bordado".** Agrega que es importante buscar las opciones más baratas, principalmente si se trata de alimentos. **"Los alimentos naturales** —explica— **no sólo tienen mejores propiedades nutritivas que los industrializados, sino que son más baratos".**

El licenciado Alberto Pérez Leyva, gerente de prensa de Fonacot, también opina. Tras mencionar que este organismo cuenta con un cuadro básico de productos —**"para evitar que se adquiera una licuadora de 10 velocidades cuando una velocidad es suficiente"**— insiste en la importancia de comprar lo que realmente se necesita. **"Yo creo que esta es una época en que debemos adquirir razonablemente y en nuestro país. No hay que irnos al extranjero, pues con eso sólo dañamos a México y a nosotros mismos".**

Las tres B de la compra inteligente

En resumen, y retomando lo dicho por nuestros entrevistados, puede concluirse que una buena compra es aquella en la que se adquiere: lo Básico, lo Bueno y lo Barato.

Lo **Básico,** en cuanto a evitar las compras superfluas. Nada mejor que llevar una lista de lo necesario y sujetarnos a ella para evitar sucumbir ante la mercancía cara, tentadora... e inútil.

Lo **Bueno,** en el sentido de elegir productos de calidad aun cuando no vengan acompañados de marcas de "prestigio". Conviene recordar que lo más caro no necesariamente es lo de mejor calidad.

Lo **Barato** se logra comparando precios y eligiendo las opciones menos costosas: por ejemplo, un jugo de naranjas naturales o un agua de limón preparados en casa son más baratos que los refrescos embotellados.

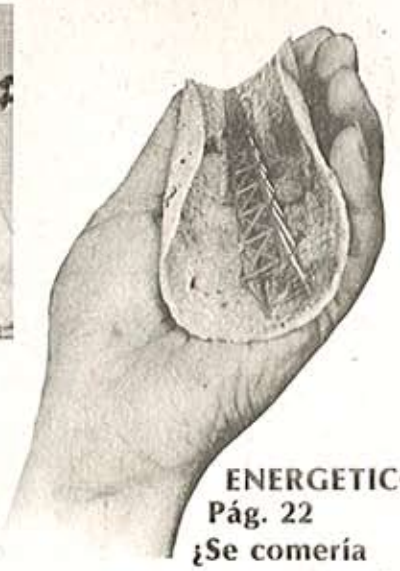
Cabe agregar que terminar con la diaria angustia que provocan las compras, ganar la batalla a los precios y llegar a salvo al término de la quincena son propósitos que pueden llevarse a cabo. Para lograrlo se requiere, fundamentalmente, la reflexión, la organización y el compromiso para realizar la buena compra. Los beneficiados no sólo serán usted y su familia, sino que —en la medida en que todos participemos— la economía nacional también será fortalecida.

[(Sergio Jácome. Información: Subdirección Técnica INCO, Marco Arroyo y Mayda Alvarez]

SUMARIO

EL CENTRO
Pág. 31
Un consumo a la vieja usanza

GORDURA Pág. 18
Un negocio de muchos pesos



ENERGETICOS
Pág. 22
¿Se comería un taco con petróleo?

Y ADEMAS...

Entre al paraíso de la buena compra	1
El cartón de portada	8
Editorial	9
La voz de los trabajadores	10
Tribuna	12
El camino del maíz	25
El interior del INCO	35
Héctor Bourges: "Sin buena alimentación no hay desarrollo"	40
Foto-denuncia	42
Consumidor prevenido vale por dos	43

CARTON DE PORTADA

por Alberto Isaac

CONSEJO EDITORIAL

DIRECTOR GENERAL DEL INCO: Enrique Rubio. SUBDIRECTORA DE ORIENTACION Y DIFUSION: Ivonne Buentello. SUBDIRECTOR TECNICO: Lic. David Márquez Ayala. SUBDIRECTOR DE ADMINISTRACION Y FINANZAS: C.P. Javier Haro de Alba. SUBDIRECTOR DE PROMOCION: Lic. Alor Calderón.

REVISTA DEL CONSUMIDOR

Coordinador: Carlos Ulanovsky. **Jefa del Departamento Editorial:** Norma Sinay. **Jefe de Redacción:** Sergio Jácome García. **Jefa de Información:** Bertha Trejo. **Redactor:** Wenceslao Huerta. **Reporteros:** Marco Antonio Arroyo y Abigail Cervantes. SUPLEMENTO EL BRINCO. **Responsable:** Teófilo Huerta. **Colaboraciones Especiales:** Gabriela Martínez, Margarita Isabel, Profesor Arturo Rangel. **Correctora:** Ma. Inés Silberberg. **Arte y Diseño:** Francisco Estebanez. **Maqueteo:** Jorge Aguilar, Augusto Apón, Ricardo Baeza, Rodolfo Coronel, Audomaro Herrera. **Producción Gráfica:** Ernestina Avilés. **Archivo:** Susana Rodríguez. **Fuentes Informativas: Departamento de Planeación:** Dr. José Medina Pichardo. **Monitoreo de Publicidad:** Manuel Castellanos. **Procuraduría Federal del Consumidor:** Esteban Valentino. **Congreso del Trabajo:** Departamento de Difusión. **Subdirección Técnica (Departamento de Bioquímica:** Ing. Carlos Cárdenas. **Departamento de Ingeniería:** Ing. Luis Juárez Suárez. **Departamento de Bienes y Servicios:** Lic. Luis Mercader. **Departamento de Economía:** Lic. Soledad Salcedo. **Area Jurídica:** Lic. Francisco Fernández Fredes. **Asesor Médico:** Dr. Raúl Nieto Valdez. **Centro de Documentación e Información:** Lic. Gustavo Salinas Iñiguez) **Responsable de Impresos:** Rodolfo Galindo. **Distribución y Suscripciones:** Lic. Enrique Carbajal. **Asistentes Departamento Editorial:** Antonia García Gómez, Humberto Hernández, Guadalupe Roldán.

CREDITOS FOTOGRAFICOS

3a. de forros: Juan Miranda
4a. de forros: Marta Merkin
Página 3: Carlos López. **4:** Juan Miranda. **14 y 15:** Carlos López. **16:** Abelardo Rodríguez. **18 y 19:** J. Miranda. **20:** A. Rodríguez **22, 24, 25 y 28:** J. Miranda. **31 a 34:** Jaime A. Arroyo. **35 a 39:** Carlos Arienti. **40:** J. Miranda. **42:** C. López.

ILUSTRADORES:
Jorge Aguilar, Ricardo Baeza, Carlos Dzib, Francisco Estebanez, Audomaro Herrera, Alberto Isaac.

PRECIOS. En la República Mexicana: Ejemplar suelto $ 35.00 M.N. Suscripción anual $ 350.00 M.N. Suscripción anual en el continente americano $ 27.00 Dls. Suscripción anual en el continente europeo $ 47.50 Dls. Los números atrasados cuestan el doble del precio marcado.

EDITORIAL

La inflación es una enfermedad de los sistemas económicos que generalmente llega para quedarse. Cuando se logra extirparla, es a costa de grandes sacrificios sociales, semejantes a una cura de caballo. Suele ser necesario, para enfrentarla con éxito, frenar el crecimiento económico, lo que significa disminuir la inversión y generar menos empleo. Ello significa, por consecuencia, no sólo no atender la nueva demanda de trabajo, sino en ocasiones (como está ocurriendo en nuestro país, hoy, por desgracia) hacer salir del mercado laboral a quienes ya habían conseguido ingresar en él.

Como bien se sabe, y hasta los liberales admiten, el consumismo es a la inflación lo que la gasolina al fuego. Por ello, si bien la desaparición del mal no es posible sin grandes sacrificios, es dable en cambio recortar algunas de sus aristas más agudas si se ejerce una acción restrictiva del gasto dispendioso, ya sea el hecho por el gobierno, ya sea el que realizan los particulares.

Los hábitos consumistas en torno de celebraciones artificialmente introducidas en el comportamiento social, por consecuencia, corren en sentido contrario de la política de austeridad que es precisa cuando se quiere combatir la inflación. El Día de las Madres, en mayo pasado, por ejemplo, significó un severo jalón hacia arriba a los índices inflacionarios. Ello fue así no sólo porque el consumo de bienes y servicios creció enormemente, sino porque esa explosión de la demanda, conforme a las más rígidas normas del mercado, propició un incremento de precios que sobrepasaron con mucho la línea del abuso.

En la ciudad de México, donde los sistemas de registro suelen ser más completos, fue abrumador el panorama de lo que pagaron quienes se sintieron obligados a homenajear a sus madres con regalos. El precio de la flores fue revelador de cómo crecieron en conjunto las cotizaciones de obsequios y las tarifas de, por ejemplo, conjuntos musicales. Las rosas, cuya docena no llega en épocas de alto precio, pero no cercanas al 10 de mayo, a doscientos pesos, costaban, en promedio, mil quinientos pesos. Contratar un grupo de mariachis significaba desembolsar siete mil, ocho mil quinientos y hasta diez mil pesos por hora.

Los ejemplos podrían multiplicarse. Es innecesario hacerlo, porque una fiesta tan universalmente acatada permite a todos padecer, o al menos observar muy de cerca, la exacción cometida con los consumidores. Algo de provecho se saca de esa infortunada circunstancia, sin embargo: más que cualquier análisis anticonsumista, más que cualquier recomendación para distinguir entre el afecto y el regalo, el muestrario de exageraciones y abusos que en una fecha como el Día de la Madre se cometen sirve con transparencia inigualable para probar que para los promotores del consumismo desenfrenado nada merece respeto.

La Revista del Consumidor, órgano oficial de difusión del Instituto Nacional del Consumidor, es una publicación mensual de información, capacitación y orientación a los consumidores. La Revista del Consumidor tiene como objetivo ofrecer a sus lectores recomendaciones acerca de bienes y servicios, sugerencias sobre el manejo racional del presupuesto familiar, y consejos para la preservación de la dignidad humana y el mejoramiento constante de la calidad de vida de la población.
El contenido de todos los artículos publicados —firmados o no— refleja la filosofía y el criterio editorial de la revista.
Esta publicación no acepta anuncios publicitarios, no recibe muestras de productos, ni se compromete de manera alguna con ningún tipo de intereses comerciales.
No se autoriza la utilización de ninguno de los materiales publicados para fines publicitarios o comerciales. La violación de esta disposición ameritará denuncia ante las autoridades correspondientes.
Los productos que se utilizan en la elaboración de los Estudios Comparativos son adquiridos por el Instituto Nacional del Consumidor en los centros de venta, en las mismas condiciones en que los adquieren normalmente los consumidores.
El Instituto Nacional del Consumidor autoriza expresamente la reproducción total o parcial de los textos y estudios incluidos en esta revista, siempre que se indique su procedencia. No se devuelven originales.
Dirección: Insurgentes Sur 1871, México 20, D.F. Teléfono 550-47-55.
Suscripciones: diríjase a Revista del Consumidor, Insurgentes Sur 1991, México 20, D.F., o al Apartado Postal 20600.
Para correspondencia diríjase a: Revista del Consumidor, Asesoría Jurídica, Lic. Francisco Javier Fernández Fredes, Insurgentes Sur 1871, 60. piso, México 20, D.F. o al A. Postal 20600, México 20 D.F. Totalmente impresa en papeles nacionales por Victoria Editorial, S.A., Vía Gustavo Baz 193 B. Tlalnepantla, Edo. de México. Tipografía: Multiservicios Publicitarios, Avenida Universidad No. 1499, México 21, D.F. Distribución: Unión de Voceadores de México y Distribuidora Intermex, S.A. Afiliada a la Cámara Nacional de la Industria Editorial. Certificado de licitud de la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas, dependiente de la SEP, oficio No. 1127 del 30 de abril de 1981. Reserva de derechos al uso exclusivo del título de la Revista del Consumidor del 21 de mayo de 1981. Se reservan todos los derechos respecto del título de esta publicación conforme a la Unión Internacional de Derecho del autor. Registrada como Correspondencia de Segunda Clase por la Dirección General de Correos, oficio No. 6339, expediente No. 09170-1423, de fecha 19 de noviembre de 1976.

LA VOZ DE LOS TRABAJADORES

CONGRESO DEL TRABAJO
UNIDAD Y JUSTICIA SOCIAL

Tiempo libre: un postergado instrumento de liberación

Hace unos cien años el hombre medio trabajaba 70 horas y vivía 40 años; hoy la proporción se ha invertido, y en gran número de países (y en cierta medida en el nuestro) se trabajan 40 horas mientras la vida llega a los 70 años. Es que las luchas obreras y los avances de la técnica han ido reduciendo la duración de la jornada laboral. La primera conquista fue la jornada de 12 horas. El 1° de mayo de 1906, los trabajadores de Chicago reclamaron 8 horas de trabajo, 8 horas de descanso y 8 de educación, reinvindicación levantada por sus compañeros de todo el mundo. En el México actual, la semana de cinco días es una realidad que beneficia ya a dos millones y medio de trabajadores y a los cinco millones de familiares que de ellos dependen. **El tiempo libre, conquista arrancada contra reloj, tiende cada vez más a ser patrimonio de las mayorías.**

Sin embargo, ese "tiempo liberado" no ha logrado transformarse aún, en manos de los sectores explotados, en un instrumento de liberación, en un tiempo creativo y de desarrollo personal y social. ¿Por qué? Entre otras muchas razones porque en las sociedades de nuestros tiempos los sectores dominantes se han preocupado por destinarlo a recuperación de energías o a la evasión vía alcohol, series televisivas y consumo.

El ocio que degrada

En teoría, las funciones del tiempo libre serían tres: descanso, diversión y desarrollo personal. Pero la cuestión es que ni "el tiempo libre es tan libre" (hay que comer, asearse, cumplir obligaciones familiares y sociales, trasladarse, etc.) ni el ocio (ese tiempo residual neto que quedaría para hacer lo que a uno le de la gana) es visto siempre con los mismos ojos.

"El trabajo dignifica, el ocio envilece". Ese clisé, impuesto con el industrialismo, tiene aún vigencia en sectores muy amplios. Por supuesto, parte de una base falsa, la de que el trabajo (ese trabajo fragmentario, insatisfactorio y alineante de la sociedad capitalista) es lo único productivo, mientras que al tiempo libre se lo asocia con la improductividad, con lo que no sirve, lo que no da ganancias.

No siempre fue así; más bien en algún tiempo fue a la inversa. En las sociedades esclavistas el ocio era la primera condición para que el hombre alcanzara dignidad mientras que el trabajo obligatorio era despreciado. Y las castas feudales no se caracterizaban por su valoración del trabajo sino por su amor al ocio y al romanticismo. Es cuando la burguesía consolida su poder

que la cuestión cambia: el ocio degrada y envilece pues sólo el trabajo y los negocios permiten la realización humana. Pero hubo algo más: la Revolución Industrial arrancó al trabajo toda connotación creativa y el hombre se convirtió en una pieza más. Esto tenía que influir forzosamente sobre el tiempo libre, que ya no sólo sirvió para recuperar la fuerza física sino también la armonía rota por la insatisfacción y la tensión nerviosa de un trabajo de estas características. De ahí a la evasión el trecho es breve. **El tiempo libre permanece bajo las condiciones que el trabajo fija, y para el obrero la enajenación que vive en el ruido ensordecedor de la fábrica se reitera en el jolgorio de los juegos de azar, en el aturdimiento del televisor o en el delirio de la embriaguez.**

Tiempo para consumir

Son muchos quienes sostienen que en la sociedad en que vivimos el consumo y la publicidad son los enemigos más poderosos del Tiempo Libre con mayúsculas, de un tiempo libre creativo. Pareciera ser que a un aumento del tiempo libre le corresponde un incremento en el consumo; algo así como que en el ocio se gasta el dinero que se recibe a cambio del trabajo.

Lo cierto es que al haber impuesto el maquinismo ritmos deshumanizantes, al haber coartado al trabajador la posibilidad de gozar e interesarse en su tarea, es bastante comprensible que éste busque alcanzar como consumidor todas las satisfacciones que le han sido arrebatadas como productor. Pero además, mientras en el trabajo está claro quién es el capataz que da las órdenes, en el tiempo libre uno cree actuar con libertad, sin percatarse de cuál es la voluntad superior que dirige.

Aquí es donde el rol de la publicidad es importante: estimula objetivos, crea necesidades, promueve incentivos. Todo para uniformar a los trabajadores hacia el consumo que exige la producción masiva. Y el tiempo libre de la realización personal y de la participación política se ve reducido a la fascinación de una compra que da prestigio o al bálsamo del espectáculo de moda.

ALGO PARA MEDITAR

Arturo Rangel López

EN POCAS PALABRAS

Estimado compañero, me dirijo a tí con la confianza de que sabrás comprender y analizar las inquietudes que tengo y mi deseo de comunicarlas a los compañeros para tener la oportunidad de despertar, en todos nosotros, lo que desde hace tiempo se está perdiendo cada día con mayor frecuencia; me refiero a lo que se llama "Deber Cívico".

El deber cívico, que se inicia en nosotros, continúa en la familia, sigue en la comunidad y finaliza en la patria.

Ten en cuenta que te hablo de Deber Cívico y no de derechos. No quiero que confundas la intención de ésta. Los Derechos están plasmados en los textos jurídicos, los hacemos valer de acuerdo a las leyes vigentes; por ejemplo, muchos de nuestros compañeros han contado con la asesoría de la Procuraduría Federal del Consumidor cuando los prestadores de bienes o servicios han abusado de su buena fe en perjuicio de su economía o en detrimento de sus derechos.

El ejemplo anterior me basta para que comprendas que, cuando me refiero a "deberes cívicos", señalo aquellos que están comprendidos en el campo de nuestra capacitación como ciudadanos de este gran país que es México y que, a pesar de la serie de problemas que nos ha tocado vivir, sobre todo en estos últimos años, es una nación que tiene muchas oportunidades favorables para ir solucionando esa problemática; si nosotros, conscientes de nuestros derechos, hacemos uso de las leyes que nos protegen, si ponemos en práctica nuestros deberes y cumplimos conscientemente con ellos, estamos capacitándonos para ser buenos ciudadanos.

Si como derecho te señalé anteriormente un ejemplo, de la serie de artículos plasmados en la Ley Federal de Protección al Consumidor y al enterarnos de las disposiciones de esa Ley encontramos que, por ignorancia, por apatía, por falta de conciencia, no hacemos uso de ésta para proteger los derechos e intereses de la población consumidora —que somos todos los mexicanos— definitivamente no estamos capacitados para ser buenos ciudadanos.

Como Deber Cívico te puedo señalar uno, por ser el más cercano en tiempo y por representar una acción ciudadana de importancia para lograr sacudir la apatía y la indiferencia que penosamente se acumula en nosotros los mexicanos. A esta tarea te invito a colaborar para que logremos convencer a nuestros compañeros de que hagan uso de ese civismo, del cual solamente presumimos, pero que nunca llevamos a la realidad. Debemos acudir a las urnas y votar el próximo 4 de julio; nuestro voto, por insignificante que parezca, respaldará las acciones de quien o quienes van a ser responsables de la marcha de nuestra patria en los próximos seis años.

Estimado amigo, te invito a colaborar en esta tarea de concientización ciudadana, si me ayudas... muchas gracias.

Recibe un saludo y hasta la próxima.

Una concepción diferente

Queda claro entonces que la reducción de la jornada de trabajo, con la gran relevancia que tiene como conquista obrera, no garantiza por sí misma la adecuada utilización del tiempo libre. En este aspecto el Estado puede jugar un rol decisivo. No se trata, como algunos podrían suponer, de planificar el tiempo libre de los obreros. La cuestión reside en proponer una **jerarquía de valores** contrapuesta a la del modelo de sociedades industrializadas y brindar una **infraestructura material** (turística, cultural, recreativa etc.) que sostenga las actividades del ocio afines a los mejores intereses sociales e individuales.

En muchas ocasiones se ha propuesto incluir el problema de la educación y la capacitación en el uso adecuado del tiempo libre; sin embargo, no se trataría de una educación destinada a lograr la eficacia de la fuerza de trabajo o a obtener metas cuantitativas, ya que el panorama no cambiaría (poca diferencia habría en realidad entre un trabajo sinónimo de castigo y una escuela que se asocie al sacrificio). Distinto sería si los nuevos proyectos educativos preparasen para una adecuada valoración y una buena utilización del ocio. Si a la acción del Estado se sumase el concurso de los organismos gremiales y profesionales, podría esperarse que en un futuro, el tiempo libre deje de ser un apéndice de la jornada de trabajo y se transforme en un instrumento para vivir y desarrollarse.

TRIBUNA

SV SABLEVISION

El abusivo método de la empresa Provenemex para lograr suscripciones a la revista CV Premier nos ha hecho constatar dos cosas: 1) que no cesan de inventarse nuevas formas de explotar a los consumidores y 2) que muchos consumidores conocedores de sus derechos ya no están dispuestos a dejarse embaucar y manipular como dóciles corderitos.

Entre fines de marzo y principios de abril, todos los suscriptores del servicio de Cablevisión recibieron la publicación CV Premier editada por Provenemex, que en una de sus páginas interiores incluía una carta anunciando la creación de un "Sistema automático de suscripción" a tal publicación.

Según señalaba textualmente la misiva: *"Gracias a este sistema usted ya es suscriptor de CV Premier, sin hacer nada. Nosotros daremos las instrucciones para que usted siga recibiendo su revista sin interrupción y el cargo por concepto de suscripción le será enviado a su propio domicilio"*. Más abajo, después de asegurar que la revista no se vendería a través de otro medio y que constituía la única forma de recibir información sobre los programas que transmite cablevisión, la carta indicaba: *"Si aun así usted no desea suscribirse a la revista ...todo lo que tiene que hacer es escribir a Provenemex ...antes del 15 de abril de 1982"*.

Para quienes lo ignoran: tanto Provenemex como Cablevisión son empresas pertenecientes al consorcio Televisa. El abuso, pues, estaba muy claro y las posibilidades eran varias: que quienes no leyeran la carta se encontraran semanas más tarde con una cuenta extra de 300 pesos; que algunas personas se resignaran a ser obligadas a la adquisición de la revista; que unos cuantos suscriptores escribieran para cancelar y que muchos consumidores conscientes se rebelaran contra esta arbitrariedad.

Y estos últimos no fueron pocos, e incluso hubo quienes se unieron para presentar conjuntamente su queja; fue el caso de los inquilinos del edificio ubicado en la calle Artemio del Valle Arizpe número 14, que con mucha razón señalaron la arbitrariedad del sistema "no sólo por el importe que se está cobrando, sino porque nos están obligando a aceptar un producto que no queremos".

Por su parte, el señor Enrique Rojas optó por escribir a Provenemex. El texto de su carta es digno de ser reproducido:

"...ya que me obligaron a escribir, y como estoy seguro de que se estarán haciendo cruces tratando de comprender cómo hay personas tan malagradecidas y que desechen así las bondades que se les ofrecen (o más

bien debería decir con las que se les abruma), me tomaré la molestia de explicarles las razones de mi negativa".

"Pienso que si la empresa Cablevisión S.A. ofrece sus servicios a cambio de una siempre creciente mensualidad, lo menos que puede hacer es informar con oportunidad qué programas y películas va a transmitir, cosa que hacía a medias hasta hace poco con la revista C. Guía. Digo a medias, porque la relación se reducía a las películas de los canales 16 y 23, y no decía nada sobre los horarios de los programas en los canales 7 y 10, que son los que funcionan todo el día. Por cierto que la nueva publicación contiene los mismos datos y las mismas carencias, pero ahora quieren cobrarlo aparte".

"Señalan que la revista no será puesta a la venta por otro medio, lo que podría llevar a alguien a pensar que planean encajársela a todos los suscriptores de Cablevisión. Aunque yo no soy tan suspicaz, porque no pienso que ustedes harían una cosa que sería violatoria del artículo 14 de la Ley Federal de Protección al Consumidor. Solamente que insistieran en cobrar esa factura que —por si quedara alguna

"CV Premiere" no deja de exasperarnos. Ya más arriba denunciamos el ilegal método que esta revista tiene para adquirir suscriptores. Pero eso no es todo, hay mucho que decir del contenido de esta publicación que, desde ya, pasó a formar parte del compendio de las desnacionalizaciones: una página entera promocionando condominios en Houston, otra más con un anuncio de "The Jardiniere" sin una sola palabra en español y una plana más, invitando a efectuar compras en una ciudad estadounidense, con la leyenda "McNífico McCllen", cínica prostitución del lenguaje ¡El colmo!

duda— no tengo intención de pagar, o en hacerme el beneficiario de más promociones a través de su sistema 'automático', me vería obligado a presentar una denuncia formal en la Procuraduría Federal de Protección al Consumidor. Pero estoy seguro de que eso no ocurrirá. Es solamente para su conocimiento que me permito enviar copia de esta carta a la Procuraduría Federal del Consumidor y al Instituto Nacional del Consumidor, puesto que semejante sistema de ventas a mí me parece muy falto de ética, pero bien podría ser ilegal y yo no saberlo".

Ciertamente, el sistema es ilegal, por lo cual nadie tiene la obligación de reportar su negativa a la suscripción automática, pues Provenemex no goza de ningún derecho para dar por realizado un contrato en el que una de las partes no ha dado su anuencia por escrito (artículo 47 y 48 de la Ley Federal de Protección al Consumidor).

Muchas otras quejas se presentaron en el INCO, a tal grado que el Jefe del Depatamento de Estudios Jurídicos, Francisco Fernández Fredes, consideró conveniente enviar un oficio al licenciado Daniel Castaño, Director General de Protección al Consumidor de la Secretaría de Comercio, exponiéndole el caracter arbitrario del procedimiento y solicitando que la SECOM disponga la modificación o la suspensión de semejante práctica comercial por violentar la libertad de contratación de los consumidores.

Al final la historia se resume en un ejemplo de las más deplorables prácticas comerciales, que dio oportunidad para demostrar que, cuando se le proponen, los consumidores deveras no se dejan.

Cuando llama un extraño

*"Deseo presentar mi queja en contra de **Teléfonos de México, S.A., por el cobro indebido de llamadas fantásticas a larga distancia**".*

"Adjunto dos fotostáticas de recibos que he liquidado a dicha empresa; en el primero, de septiembre de 81, me hicieron el cargo de una conferencia (que nunca hice) a Westfield, Texas, con importe de 134.10, más impuestos; en total 226.50 pesos".

"El segundo recibo es del mes de marzo y en él se me hace el indebido cargo de otra conferencia (tampoco celebrada) a Iliff, Col., U.S.A., por 749.25 que con los impuestos correspondientes ascienden a 1 266.23 pesos".

*"En ambos casos y con el espíritu de hacer las correspondientes aclaraciones, acudí personalmente a la sucursal Sotelo de dicha empresa a presentar mi reclamación, habiendo obtenido la cortante respuesta de que no podían hacer nada. Cuando dije que me quejaría, la irónica contestación fue: **"perderá usted el tiempo, o paga el recibo o se le corta el servicio"**, ante lo cual opté por liquidar el adeudo".*

*"Comentando este tema con otras personas me he enterado de que **han tenido que pagar, en idénticas circunstancias, conferencias inexistentes a Australia y Japón.** Quiero suponer que se trata de algún error que se pueda corregir o verificar".*

"Deseo enfatizar que en el domicilio donde se encuentra instalado el teléfono vivimos solamente mi esposa y yo, y no tenemos contacto con ninguna persona en dichos lugares de Estados Unidos, de donde provienen los cargos que, indebidamente, repito, se me hacen. Como queda dicho: o pagas o te cortan".

Atentamente:
Alfonso Rodríguez Peña

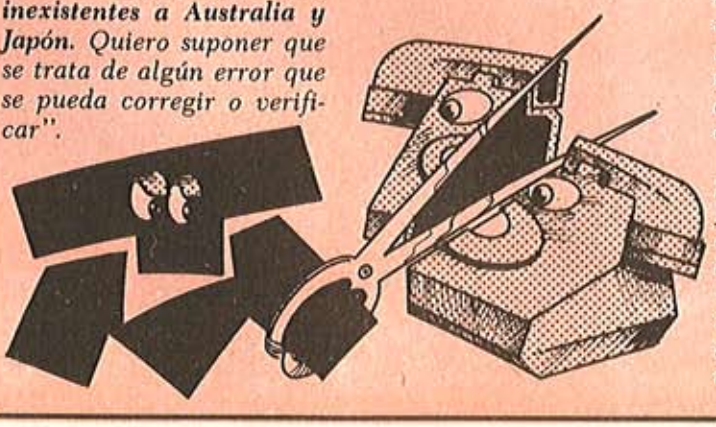
RESPUESTA

Queremos informarle que nos pusimos en contacto con el representante legal de Teléfonos de México, licenciado Salvador Zapata Torres, quien nos manifestó su interés por atender e investigar debidamente las irregularidades que usted menciona. Para ello puede usted acudir a la dirección que anotamos más abajo, con los recibos motivo de su reclamación.

Asimismo, queremos comunicar a todos los consumidores que el licenciado Zapata estará en coordinación con el INCO para conciliar reclamaciones relacionadas con mal servicio o cobros indebidos. Quienes deseen presentar alguna queja deberán cumplir con los siguientes requisitos:

- *Haber agotado el trámite de inconformidad ante la sucursal correspondiente.*
- *Haber pagado el recibo para evitar suspensión del servicio. En los casos que proceda la devolución de dinero, éste se abonará a los recibos ulteriores.*
- *En caso de que el trámite sea gestionado por alguna persona ajena a la titularidad del contrato con Teléfonos de México, es necesario que presente una carta poder simple que la autorice a realizar tal diligencia.*

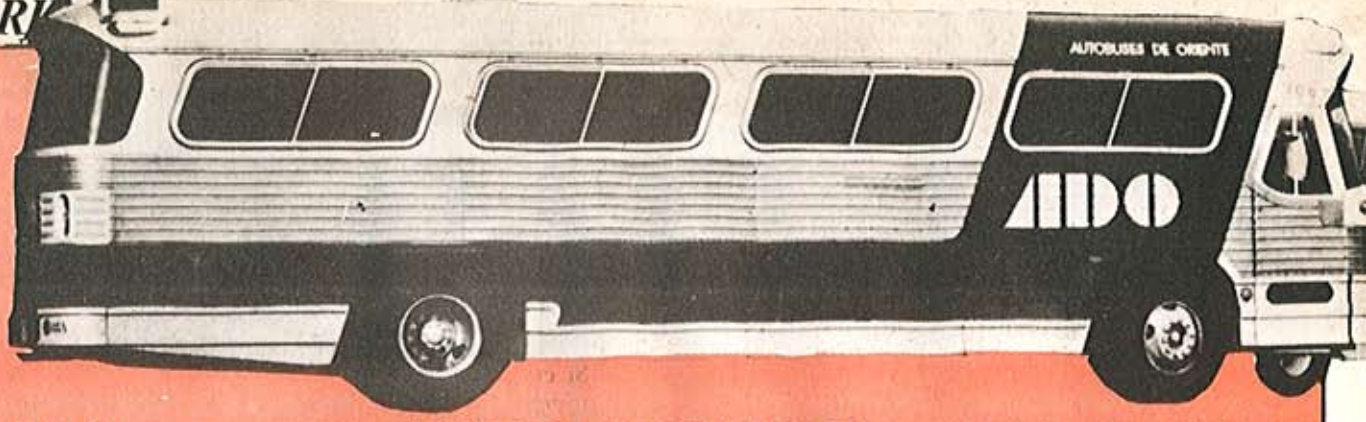
El licenciado Salvador Zapata Torres o el licenciado Jorge Durán atenderán las quejas de los consumidores de lunes a viernes y de 17:00 a 19:00 horas en Río Pánuco 38, 10o. piso. El teléfono de su oficina es 518-82-20, extensiones 5350, 5561 y 5650.



Fanfarrias

Para *Autofinanciamiento Automotriz*, con oficinas en *Río Mixcoac 73, colonia Mixcoac*. La consumidora Silvia de Jesús Carmona solicitó la rescisión de su contrato con esta compañía y aunque en un principio retrasaron el trámite, después, con la participación de la PFC, se arregló de inmediato. Este caso fue el inicio de una actitud consciente de la empresa; a partir de él, Autofinanciamiento Automotriz ha llevado a cabo una política de colaboración con la PFC para conciliar satisfactoriamente todos los casos que se presenten ante esa institución, la mayoría de los cuales se refieren a la devolución del dinero invertido por los consumidores.

Aunque no haga más que llevar adelante una postura comercial justa, la actitud de Autofinanciamiento Automotriz es elogiable y un buen ejemplo a seguir por las empresas de su ramo.



AUTOABUSOS DE ORIENTE

En busca del bulto perdido

El pasado 22 de enero, el señor Román Martínez Jiménez se convirtió en una más de las víctimas de la empresa Autobuses de Oriente (ADO). En esa ocasión la actitud irresponsable de la empresa fue motivo de un flagrante robo.

El señor Martínez es un artesano residente en Oaxaca que debió viajar a la ciudad de México para realizar la entrega de unos tapetes de lana al Fondo Nacional para el Fomento de las Artesanías.

Con el boleto 73220 (asiento 18) se presentó en el departamento de equipajes para entregar tres bultos con la mercancía mencionada; la persona que lo atendió le cobró 150 pesos "por exceso de peso", sin otorgarle a cambio recibo alguno. El mismo empleado le advirtió que sus bultos no iban a ser enviados en el autobús en que viajaría (con salida a las 22:40 horas), sino en el siguiente. Al llegar a la ciudad de México el señor Martínez esperó y esperó hasta comprobar que su mercancía no llegaría en ninguna de las corridas posteriores.

El artesano, desesperado por la pérdida de una carga tan valiosa, se lanzó a la búsqueda de su mercancía. Sus insistentes reclamos fueron recibidos por los representantes de ADO con un simple encogimiento de hombros. Pudo apreciar, asimismo, el cínico comportamiento de las personas que lo atendieron, desde el empleado que recibió sus bultos hasta el jefe de servicios de equipajes, quien lo atajó con un "haga lo que quiera, pero aquí no le daremos más de 1 500 pesos por sus bultos". La mercancía que reclamaba tenía, por supuesto, un valor mucho más alto que ése.

Tan amarga experiencia llevó al consumidor a pedir orientación al INCO, desde donde miembros de nuestro departamento jurídico se pusieron en contacto con el Gerente General de ADO, licenciado José Antonio Muñiz, quien, al igual que anteriormente sus subalternos, dio por perdidos los paquetes e informó que en el trayecto se habían abierto las compuertas de equipaje del autobús que los transportaba, cayendo en la carretera únicamente la mercancía en cuestión. Ofreció entonces pagar una indemnización de 500 por bulto.

El consumidor, en lógico desacuerdo con la actitud de la empresa, se convirtió en improvisado detective e inició una serie de pesquisas en casi todas las escalas de la ruta Oaxaca-México, hasta finalmente encontrar —en la terminal TAPO de la ciudad de México— la mitad de la mercancía en manos del chofer Daniel Mota.

Con este caso la credibilidad de ADO se fue a los suelos, pues ¿qué se puede esperar cuando los propios funcionarios rinden informes que no corresponden a los hechos reales? y ¿cuántos casos como éste se darán en perjuicio de los usuarios de esta línea de camiones?

Ante la gravedad de esta situación, el INCO hace un llamado a todos los consumidores para que tomen las precauciones necesarias al transportar equipaje de valor con la empresa ADO. En los ca-

DONDE QUEJARSE

No todas las quejas son prédicas en el desierto. La Secretaría de Comunicaciones y Transportes, con el propósito de proteger los intereses de los usuarios de servicios de autotransporte federal, ha establecido oficinas de supervisión y quejas en todas las terminales de transporte foráneo público, así como en las estaciones intermedias y locales de los servicios anexos. En estos sitios los consumidores pueden presentar reclamaciones sobre: pérdida de equipaje, retraso de salidas, suspensión de corridas, mal trato al usuario, asientos en mal estado, etcétera. La dependencia cuenta con inspectores para verificar las irregularidades del servicio e, inclusive, conciliar los intereses del usuario y la empresa.

Si la premura del viaje impide al pasajero detenerse a exponer su queja en estas oficinas, puede también hacer su reclamación por correo a la Subdirección de Supervisión de la Dirección General del Autotransporte Federal, con domicilio en Eugenia 197, segundo piso, colonia Narvarte, D.F., anexando lo siguiente:

— Nombre y domicilio del usuario y de la empresa.

— Exposición detallada de los hechos motivo de la reclamación, indicando número de autobús, hora de salida, recorrido, etcétera.

— Boleto original y demás comprobantes que haya expedido la empresa.

En su oportunidad, el consumidor será notificado, por correo, de los resultados de la gestión, sin necesidad de comparecer a las audiencias de conciliación que se realicen.

sos en que resulte indispensable hacer uso de esa línea, conviene contratar el envío por paquetería, en donde hay posibilidad de describir el valor comercial o estimativo del bulto o maleta y en donde se puede contratar un seguro de pérdida. De otra manera, nadie garantiza la seguridad de la mercancía que desee transportar.

Con dos aspirinas y una cocacola

"El 23 de febrero de 1982 me tocó utilizar el servicio de ADO en su corrida México-Cerro Azul (Veracruz) de las 0:30 horas. Era la quinta vez que lo tomaba en un período corto y ocurrió lo de siempre: el camión no salió a la hora programada, ni siquiera con 10 o 15 minutos de retraso; salió, para ser exactos, con dos horas y cinco minutos de demora", relata el ingeniero Héctor Manuel Gervacci, quien acudió personalmente al INCO para presentar su denuncia.

Añade que, desesperado por el retraso del autobús, se dirigió una y otra vez a pedir informes al boletero. El empleado le sugirió que visitara los talleres para que se percatara directamente de la causa de la tardanza.

"Así lo hice, me dirigí a los talleres. Ahí me encontré con el chofer, el encargado de los mecánicos y otras personas que me dijeron que si no me parecía el servicio tomara otra línea. Les expliqué que el ADO es la única línea de primera clase que da servicio a Cerro Azul. Después de un rato, el encargado de talleres me dijo: el problema es que no hay refacciones; no hay personal capacitado para atender todas las unidades debido a los malos salarios; no hay, principalmente, atención de los dueños de ADO para lo que sucede. Ellos ganan su dinero sin preocuparse, como en este momento ¿cree usted que están desvelándose porque la unidad 935 de ADO no ha salido?"

"El chofer, con quien establecí un diálogo más profundo, me comentó que estaba en la terminal desde las 22 horas y que de las 0:30 y hasta la salida del camión era tiempo perdido para él, pues no se le pagaba. Y lo más grave: *dado que estaba retrasado tendría que regresarse inmediatamente y el tiempo de descanso lo sustituiría con dos aspirinas y una Cocacola para no dormirse*".

"Después de dos horas entregaron la unidad sin lavar, le medio cambiaron el agua del baño y eso porque el chofer no aguantó el olor al subir, pero lo demás, como todo el servicio de ADO, en pésimas condiciones: todo suena; las ventanillas o no abren o se abren solas; los asientos o no se reclinan o se reclinan solos; basura por todos lados".

El consumidor termina diciendo: "no menciono los precios porque sería llover sobre mojado, pero mientras no se mejore el servicio seguiré quejándome con quien sea hasta ver una solución favorable".

Nos interesa conocer en detalle el pequeño o gran problema que, como consumidor, le aquejó en estos días. Podemos ayudarle a una solución más adecuada. Para ello, sólo tiene que escribirnos a: Revista del Consumidor, Asesoría Jurídica, Apartado Postal 20600, México, D.F. (Código Postal 01020).

Para contestar personalmente las cartas que dirigen a nuestra revista, requerimos de su cooperación. Revise con cuidado que su carta tenga el domicilio correcto, calle, número, nuevo código postal y delegación o municipio. Si cuenta con teléfono, el número de éste nos será de mucha utilidad para ponernos en contacto con usted en caso de necesitar más datos sobre su caso.

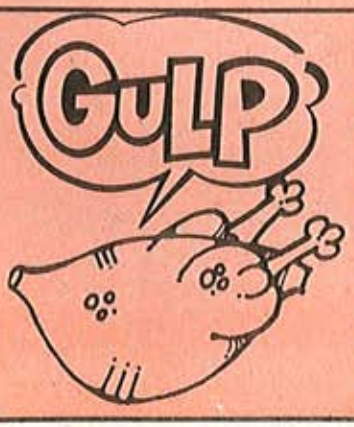
El buen juez por su casa empieza

El licenciado Miguel Gutiérrez Verti, lector de Revista del Consumidor, nos envía una carta acompañada de un ejemplar mutilado del número 61 de nuestra publicación.

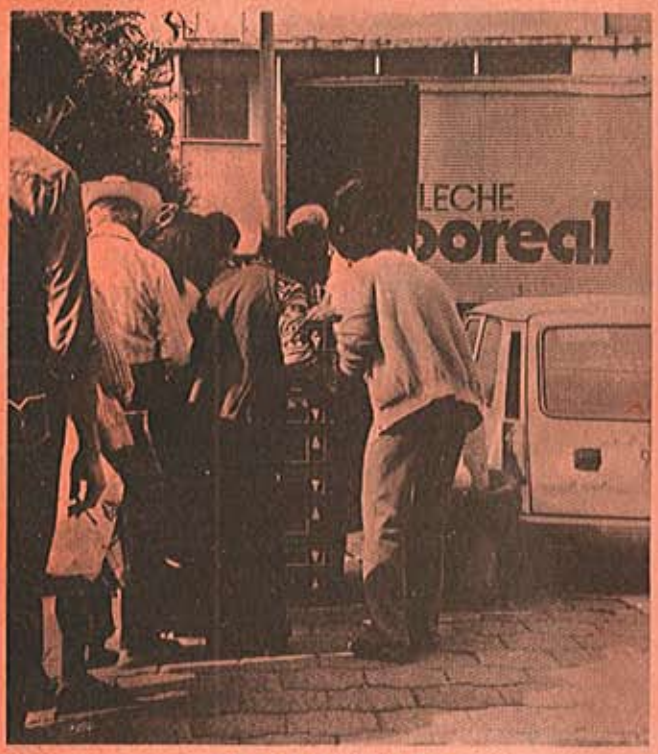
La revista en cuestión, que el consumidor adquirió al precio normal, fue mal encuadernada y en consecuencia mal recortada, por lo que todos los párrafos, ilustraciones y pies de grabado del margen de las páginas 25 a 32 fueron mutilados.

Pedimos disculpas al licenciado Gutiérrez por este lamentable descuido en el control de calidad de nuestra revista y para resarcirlo, aunque en parte, le estamos enviando otro ejemplar —éste sí revisado previamente— de la Revista del Consumidor de marzo.

Pensábamos ilustrar esta nota con la fotografía de la revista defectuosa, pero, la verdad, nos dio mucha vergüenza.



Como si fuera carne de faisán, en la *panificadora Elite de División del Norte y Popocatepetl* cobran los pollos rostizados a 330 pesos cada uno. El señor Esteban Cáceres, quien reporta el exagerado precio, asegura que en otros expendios el costo promedio de un pollo de tamaño similar es de 120 pesos.

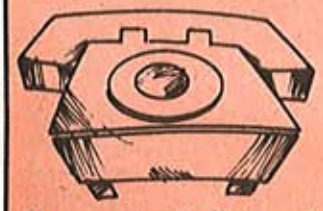


LO MALO

A simple vista parece que este camión de leche Boreal está cooperando en la distribución del escaso producto, evitando el acaparamiento y las ventas condicionadas. Nos acercamos a comprobar la loable acción y descubrimos que todo fue un sueño: en realidad Boreal hacía su agosto en pleno mayo al vender cada litro de leche a 17.60 pesos, cuando el precio oficial era de 15.50 pesos.

Cada mañana, en la unidad del Fovissste ubicada en Copilco y Avenida Universidad, decenas de personas forman largas colas en espera de poder adquirir leche, aun a elevado precio, pues desde que el camión frecuenta esa zona es imposible conseguir el producto en algún comercio del rumbo.

Diariamente se venden entre 400 y 500 litros de leche en ese lugar: alrededor de 1 000 pesos extras ganados gracias a la especulación.



Teléfonos útiles

Transparencia de precios: 568.87.22 **Procuraduría Federal del Consumidor** 761.38.11

Dirección General de Precios de la SECOM (para denunciar violaciones a los precios) 5.88.29.50 al 52

Secretaría de Turismo: 250.85.55,ext. 223

Secretaría de Educación Pública (para reportar alzas arbitrarias en las colegiaturas de escuelas particulares): 657.13.01.

Secretaría de Hacienda y Crédito Público (para reportar cobros indebidos de impuestos) 585.18.22

Instituto Nacional del Consumidor: 550.47.55

Chiflidos

Para *Industrias Garvi, S.A., de Calzada de la Viga 409.* Esta empresa, que sin ser muy grande recibe un promedio de 10 quejas al mes en la PFC, se dedica a la fabricación y distribución de cancelería, aunque muchos clientes empiezan a dudar que realmente distribuyan sus productos; todas las demandas en su contra son por la misma causa: persistente incumplimiento en la entrega.

¡CaRo!

Son varias las quejas contra el servicio y la publicidad de algunos cines. Hasta los niños tienen que soportar las arbitrariedades, como le ocurrió a Rocío Valencia, quien el 25 de abril acudió a la matiné del *Cinema Villa Coapa* con el dinero exacto de la entrada y tuvo que quedarse con las ganas de ver la película, pues *aunque los boletos indicaban un costo de 10 pesos —tal y como se anunciaba en la cartelera publicada por el diario Excélsior— en la taquilla cobraban 15 pesos por cada uno.*

El señor Ramón Márquez, por su parte, se queja de *engaño en la publicidad de la película "El Otro Moisés"*, que anunciaba la actuación estelar de Duddley Moore y Richard Pryor, "decían incluso que era una de las mejores películas de Pryor —indica el señor Márquez— y como soy admirador de ese actor la fui a ver. Por encima de que verdaderamente es una mala cinta, Pryor aparece, cuando mucho, unos tres minutos en la película".

Teléfonos de las delegaciones de la Procuraduría Federal del Consumidor en el interior de la república:

Acapulco 2.58.85 y 3.52.33
Aguascalientes 5.18.71
Cd. Juárez 2.39.70 y 4.40.92
Cuernavaca 4.25.45 y 4.24.21
Chetumal 2.18.19, 2.18.58
Colima 2.79.91, 92 y 93
Culiacán 3.35.55 y 3.07.61
Chihuahua 3.47.70 y 3.45.65
Coatzacoalcos 2.35.20, 2.62.69 y 2.62.37
Campeche 6.60.02
Durango 1.70.53 y 1.70.81
Guadalajara 14.94.16 y 14.94.17
Hermosillo 4.75.17 y 4.73.62
León 3.42.57 y 4.54.12
La Paz 2.80.77 y 2.80.88
Lázaro Cárdenas 2.17.95, 2.17.96 y 2.17.97
Monterrey 40.50.73, 48.50.74 y 40.51.66
Mexicali 4.09.61
Mérida 3.49.27 y 1.64.38
Morelia 2.41.03 y 2.40.49
Oaxaca 6.90.21
Puebla 46.13.00 y 46.58.61
Pachuca 2.66.58 y 2.12.77
Querétaro 4.24.11 y 4.26.66
Reynosa 2.77.70, 2.77.14
San Luis Potosí 2.39.58 y 2.39.62
Tlaxcala 2.13.43
Tlalnepantla 565.09.73 y 565.12.63
Tijuana 8.16.16, 5.59.03 y 5.59.04
Toluca 5.70.70, 5.70.71 y 5.70.72
Torreón 2.64.06, 2.64.07 y 2.64.09
Tampico 2.22.52
Tepic 2.60.42, 2.73.55, 2.51.84
Tuxtla 2.74.01 y 2.74.02
Villahermosa 2.41.48, 2.37.95 y 2.38.73
Veracruz 6.03.79 y 2.79.13
Zacatecas 2.04.60, 2.06.11

No tolere abusos de escuelas particulares

Aumentos de hasta un 200 por ciento en las colegiaturas de escuelas particulares han tenido que padecer muchos padres de familia en los últimos tres meses. Sin mediar explicación alguna, los administradores de algunos colegios e institutos han incrementado el monto de las cuotas, a pesar de encontrarse a la mitad del año lectivo. Las situaciones irregulares no han sido exclusivas del Distrito Federal; en muchas de las 37 delegaciones de la Procuraduría Federal del Consumidor se han recibido decenas de quejas por el mismo motivo.

Al respecto, *el Instituto Nacional del Consumidor hace un llamado a los padres de familia para que no toleren abusos por parte de escuelas particulares y les recuerda que:*

+ Las autoridades del plantel están obligadas a convenir con los padres de familia, asociaciones o grupos que los representen, las cuotas y sus lapsos de vigencia, cuando menos 30 días antes de iniciarse al período de inscripciones y reinscripciones.

+ Las cuotas deben darse a conocer en las formas de inscripción y no podrán modificarse hasta que expiren los lapsos de vigencia.

+ El plantel está obligado a no modificar las cuotas dentro de un mismo período escolar.

Por lo tanto:

+ Tenga en cuenta que cuando usted paga una colegiatura, está comprando un servicio y tiene derecho a que se lo brinden en las condiciones en que fue contratado.

+ No permita aumentos de cuota dentro de un mismo período lectivo.

+ Participe en la Asociación de Padres de Familia que le corresponda y exprese sus criterios y opiniones.

+ Comunique sin demora cualquier irregularidad a la Secretaría de Educación Pública, al teléfono 657-13-01

Rincón legal

Ningún proveedor que ofrezca servicios al público en general puede establecer preferencias o discriminación alguna respecto a su clientela. La reserva al derecho de admisión y otras prácticas similares contravienen el artículo 44 de la Ley Federal de Protección al Consumidor y sólo son permitidas cuando se afecte la seguridad o tranquilidad del establecimiento o se funden en disposiciones expresas de otros ordenamientos.

LO INSOLITO

Irritante que en plena época de austeridad, cuando millones de personas luchan por mantener su capacidad adquisitiva, un periódico capitalino —El Heraldo de México— se haga eco de quienes desean que nuestros pesos se vayan a enriquecer bolsillos extranjeros.

"Ventana USA", suplemento distribuido por el mencionado periódico, constituye un prototipo de la penetración económica e ideológica que, aún a 2 mil kilómetros de la frontera, tenemos que padecer los mexicanos. En todas y cada una de sus 24 páginas, esta publicación constituye una incitación para comprar en tiendas de Houston, Dallas, Laredo, Louisiana, Florida y otras ciudades estadounidenses.

Y nadie se atrevería a afirmar que lo que ofrecen corresponde —ni con mucha imaginación— a lo que actualmente necesitamos en el país: anillos de más de 100 mil pesos, relojes de oro de 70 y 140 mil pesos, automóviles de un millón 750 mil pesos. Entre un anuncio y otro, artículos ponderando las cualidades del Dallas Market Center o reseñando las ventajas de aprender tenis en alguno de los lujosos ranchos ubicados en Texas, donde, para nuestra fortuna, cuentan con un pequeño aeropuerto que permite el acceso de quienes "desean usar su propio transporte aéreo".

Inaudito, sí, pero también indignante que publicidad como ésta siga circulando mientras nuestro peso brega por encontrar su justo equilibrio.

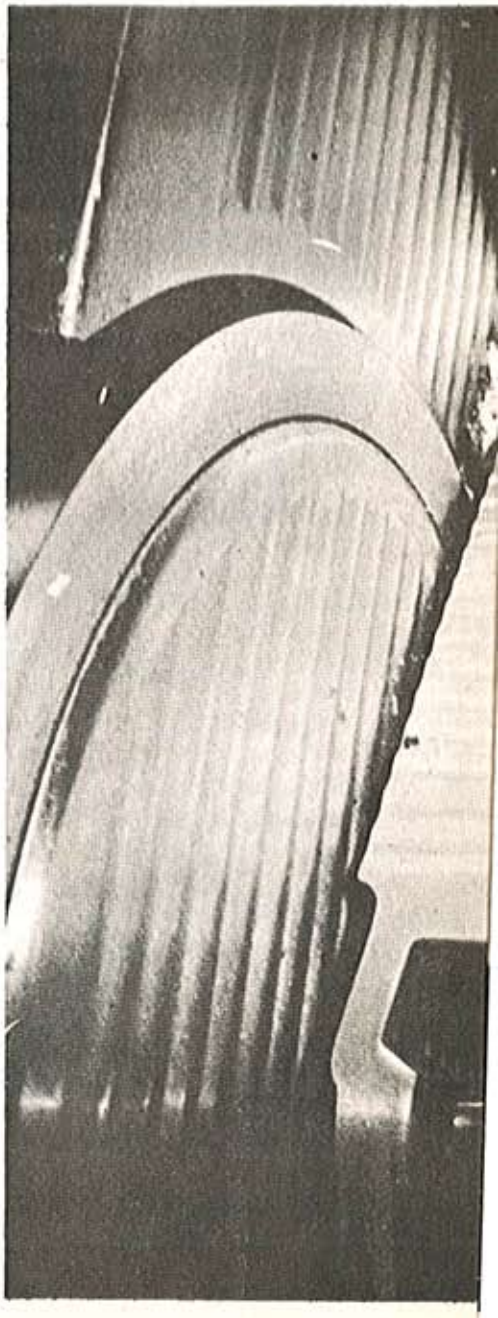
REVISTA DEL CONSUMIDOR 64/JUNIO DE 1982

Un negocio que saca tajadas a los gordos

Es ésta una industria muy especial, porque su materia prima es la gente. No toda, pero sí los gordos, y en particular los gordos clasemedieros de las ciudades, que quieren adelgazar a toda costa. En torno de ellos la actividad es febril: recetas milagrosas, dietas tan pintorescas como dañinas, ejercicios y masajes con los ungüentos más exóticos, aparatos, cirugía y hasta inyecciones acentuadamente sospechosas conforman el arsenal de una actividad que lo que transforma son los presupuestos de los pacientes afectando muchas veces la salud. Por supuesto, iría a la quiebra si obesos, gordos y gorditos actuaran con la cabeza, siguieran tratamientos serios y descartasen de una vez la fantasía de que los kilos se esfuman al conjuro de la magia.

"Me llamaban gorda. Ahora, gracias a... volví a ser Susana"

¿Quién no ha leído este anuncio o alguno similar que proclame el mágico desvanecimiento de los kilos sobrantes en poco tiempo y casi sin esfuerzo? Y es que en este terreno no hay demasiados escrúpulos cuando de hacer negocio se trata. **"El manejo comercial del tema de la obesidad es muy poco ético en una gran proporción de los casos"**, afirma el doctor Clicerio González, endocrinólogo que se desempeña en la UNAM, quien señala que lo que se explota es una combinación de desesperación, ignorancia y falta de disciplina por parte de los obesos. En su opinión, a ello se debe el énfasis que se pone en anunciar la velo-



cidad y sencillez de ciertos tratamientos, sobre cuyo carácter comercial no caben dudas: **"todo lo que signifique adelgazar en forma fácil, rápida y sin dieta va en contra de los principios básicos respecto del origen de la obesidad y tiene el objetivo de explotar al usuario"**, sostiene.

La cuestión es seria, y no se reduce a la trampa comercial que frustra los anhelos estéticos de los gordos.

El problema es que **la obesidad es una enfermedad**, y una enfermedad que al ser crónica requiere un manejo hábil y controlado. La doctora Carmen Ramos, del Departamento de Dietología del Instituto Nacional de Nutrición, es terminante: **"en primer lugar** —sostiene— **los obesos deben tener conciencia de que los kilos de más pueden causar enfermedades; en segundo término han de saber que no existen curas milagrosas"**.

Ser o no ser obeso

¿Cómo diferenciar entre un "gordito" y alguien que padece obesidad? Cuando los kilos desdibujan el límite y la cosa aparece por lo menos discutible, lo importante es ponerse en manos del médico, ya que no necesariamente es obesa toda persona que pesa mucho. **"La obesidad se debe a un exceso de grasa, pero alguien no es obeso si lo que le sobra es agua o si, como en el caso de los deportistas, es la masa muscular la que eleva la aguja de la báscula"**, dice Esther Casanueva, nutricionista del Departamento de Investigación del Instituto Nacional de Perinatología. Según la especialista, para determinar la existencia de obesidad se atiende a una proporción entre talla y peso previamente establecida, pero eso no es todo: **"hay márgenes de elasticidad que tienen que ver con la complexión, la edad de la persona y otros factores"**, dice.

El doctor Clicerio González enfatiza la complejidad de la enfermedad y, en consecuencia, el requisito de un tratamiento serio. **"Las obesidades son un grupo heterogéneo de padecimientos con múltiples causas y mecanismos que conforman un complicado cuadro sólo parcialmente entendido por los médicos"**, afirma, y explica que los numerosos estudios realizados demuestran la existencia de una franca tendencia a recuperar a largo plazo el peso perdido, lo que se acentúa cuando no se han identificado ni corregido los factores determinantes de la obesidad.

Los hábitos familiares de alimentación y los errores en la nutrición destacan entre las causas más frecuentes de esta enfermedad. Esther Casanueva señala que es más difícil adelgazar cuando se es gordo desde niño, ya que aumenta el número de "adipositos" (los lugares donde se deposita la grasa) y esto afecta al individuo a lo largo de su vida. Por otra parte, el abuso generalizado de alimentos ricos en carbohidratos que se da en nuestro país contribuye a agravar la situación. Es en las concentraciones urbanas (ya que en los medios rurales subsiste aún un problema más grave: la desnutrición) donde la obesidad hace de las suyas; se calcula que en las ciudades alcanza al 30 por ciento de la población, y que las muertes por enfermedades relacionadas con la obesidad (por diabetes, hipertensión, afecciones cardio vasculares, etc.) llegan al 15 por ciento del total.

Las dietas milagrosas

Los médicos coinciden en señalar que ante un sobrepeso molesto lo primero es realizar un serio examen de conciencia, comprometerse a no hacerse trampas y eliminar las fuentes calóricas innecesarias; si la gordura persiste, es necesario que el médico haga un diagnóstico para

determinar las causas (que aunque en baja proporción pueden ser endocrinológicas) y fijar el tratamiento adecuado. No obstante, no es ésta la conducta de la inmensa mayoría de gordos y obesos, alentados, eso sí, por el gran número de revistas y publicaciones que difunden mágicas y renovadas "dietas salvadoras"

Cada una tiene su pretendido "fundamento científico" y también su tiempo de auge. Si ya pasó la moda de la legendaria "dieta Atkins", no falta la de los 15 vasos de agua o la del vino con queso. En la primera semana de abril, Teleguía insistía con la "dieta de los 13 días" que, según afirma, hace bajar 9 kilos y luego se puede seguir comiendo normalmente ya que "cambia el metabolismo y no se aumentará de peso durante tres años". Esta dieta, de gran "éxito" actual, ha circulado como recomendada por el Instituto Nacional de Nutrición. La **Revista del Consumidor** consultó con dicho organismo y no sólo recibió el más rotundo desmentido sino que se precisó que la dieta en cuestión se origina en la Clínica Mayo, de los Estados Unidos, autora de recetas tan absurdamente célebres como la dieta del huevo duro, la del plátano y otras del mismo estilo.

Hay muchísimas variantes de estas panaceas universales. Algunas son las dietas de un solo componente ("Coma grasas y sólo grasas o proteínas y sólo proteínas"), que en opinión de los especialistas no sólo son ineficaces sino riesgosas. Según el doctor González, en Estados Unidos se advirtió recientemente que la dieta de proteína líquida llega a producir la muerte súbita como resultado de una alteración del metabolismo.

Aunque no siempre se llegue a estos extremos, los milagros, al menos en esta cuestión, no existen; y cuando la salud está en juego, se tráta de saber comer, de combinar alimentos y de adelgazar con una dieta balanceada que, por supuesto, sólo un especialista puede proporcionar.

Una industria muy especial

En el directorio telefónico del Distrito Federal figuran cerca de 80 establecimientos agrupados como "clínicas de belleza" y unos 150 bajo el rubro "estética", muchos de los cuales se dedican a tratamientos para adelgazar. Los métodos difieren según los establecimientos y algunos cuentan con personal capacitado. **Pero el rasgo común que los**

Masajes, ejercicios, aparatos, clínicas...más que peso le hacen perder pesos.

identifica es el conformar una industria, la industria de la gordura, que toma al gordo como materia prima o, si se prefiere, como carne de cañón.

Los precios oscilan entre 300 y 700 pesos por sesión, en relación con los tratamientos. En Monique se aconsejan diez sesiones de baños de parafina, masajes, etc, que cuestan 4,400 pesos; un acondicionamiento similar en 20 sesiones sale 7,500 en la clínica Mariano Escobedo, de Polanco. Lilian de Loy, en la colonia Nápoles, dispone de un tratamiento de 1,500 pesos para utilizar en la casa, que consiste en cuatro botellas de una solución francesa de los años 40's, cremas y vendas. Jeune Belle, de Polanco, le "garantiza" la pérdida de una talla en 15 días pagando entre 13 y 17 mil pesos. También hay sistemas especiales para caballeros ("con sábanas eléctricas y un drenaje linfático", nos dicen en la clínica de Campos Elíseos) que en otras oportunidades enfatizan los ejercicios y las pesas.

Muchas de las clínicas no se dedican estrictamente a los gordos auténticos, sino que atienden en especial a mujeres que quieren preservar una buena figura o "mejorar" algún lugar del cuerpo "en falta" con los cánones vigentes. Pero esto no quiere decir que utilicen siempre métodos correctos. El uso de las anfetaminas, para dar un ejemplo, parece estar a la orden del día en varios establecimientos. Flora T. De Berry, subdirectora de "Cuida Kilos", afirma que en muchas clínicas se utilizan grandes cantidades de inyecciones: **"hay lugares en los que se cobra hasta 25 mil pesos por 23 días de tratamiento y donde, además de una dieta terriblemente agresiva, se recurre a las inyecciones que son 'lo mágico'. Otras veces se dan pastillas, cuyo contenido ignora hasta el mismo enfermo. Dicen que son tónicos, pero suelen ser cosas bastante peores".**

"Cuida Kilos" (o Weight Watchers, como se la conoce internacionalmente) es una organización que, aunque no es totalmente ajena a la industria de los gordos, tiene características particulares. Con algo de asociación fraternal y esos rasgos de filantropía e ingenuidad típicos de algunas organizaciones nacidas en USA, "Cuida Kilos" combina un programa alimenticio, un plan de acción personal basado en el conductismo y un programa de ejercicios. **"Partimos de que en un 95% de los casos el obeso es un enfermo psicológico, una persona psíquicamente perturbada que maneja la comida a niveles emocionales"**, dice De Berry, que considera que **"bajar de peso es un estado de ánimo".** En la organización, que ostenta en su trayectoria algunos resultados espectaculares en materia de adelgazamiento, la inscripción cuesta 450 pesos y la cuota mensual 200 pesos. Según sus directivos, lo que allí se descarta es la magia: "es preferible nuestra disciplina", dicen.

Medicamentos, bisturí y aparatos

Una mención aparte dentro del negocio que gira alrededor de gordos y obesos merece la utilización de ciertos "medicamentos" que contienen anfetaminas. El 15 de marzo pasado la revista española "Cambio 16" informaba que la Organización Mundial de la Salud (OMS) había recomendado poner bajo vigilancia, dada su peligrosidad, los productos portadores de los principios internacionalmente conocidos como Benzofetamina, Mazindol, Fendimetrazina y Fentermina, lista que se sumaba a la Anfepramona, ya proscripta anteriormente. Según el Vademecum de México estos componentes están presentes en varios productos: Diestet, Sanorex, Solucaps, Daeta, Anexorina, Ionamin, Detirpon, Neobes, Tenuate y Tenuate Dospan.

En México, los que más se usan en regímenes de adelgazamiento son el Ionamin y el Tenuate, y pese a que el artículo 224 del Código Sanitario de la SSA prescribe la necesidad de presentación de recetas especiales para su venta, es sabido que pueden adquirirse sin este requisito en varias farmacias. No termina aquí el listado de medicamentos irresponsablemente usados; los diuréticos y los que actúan sobre la tiroides también se recomiendan con la misma ligereza con la que se aconsejaría una aspirina.

Las ofertas milagrosas pululan en una sociedad que, por un lado incita a comer y beber sin ningún orden, y por el otro exige a los gordos que adelgacen como sea. Una de las "pasiones" desatadas actualmente es la de la acupuntura, actividad en la que, más allá de su seriedad y envergadura, suelen abundar los fraudes. Y es así que no faltan quienes prometen hacer bajar un kilo por sesión, aunque para algunos médicos la acupuntura no puede ser sino un complemento de un tratamiento integral. Los aparatos electrónicos y mecánicos del más diverso porte y las intervenciones quirúrgicas que rebanan un trozo de intestino o introducen un baloncillo de látex en el estómago completan —aunque con mayor éxito en determinados países desarrollados que en el nuestro— el arsenal de la industria de los gordos.

Por suerte, no todos caen en sus engranajes. **"Prefiero ser una gordita alegre que una delgada esbelta pero histérica"**, dice Ana Solís, una estudiante de 19 años con seis kilos de más según los "cánones". Pero ni es así lo que ocurre con la inmensa mayoría ni el negocio de la gordura deja de ser tal. Y si alguna duda cabe no hay más que hojear alguna revista femenina: cualquiera de ellas que tenga presente la ganancia incluirá en cada edición alguna oferta para bajar de peso.

(L.P.)

SI USTED ES OBESO, PUEDE RECURRIR A:

- **Instituto Mexicano del Seguro Social** - Concurra a la clínica que corresponda. Si su problema lo requiere le darán pase al Servicio de Endocrinología del Centro Médico Nacional.
- **Instituto de Seguridad y Servicios Sociales para los Trabajadores del Estado (ISSSTE)** - Acuda al hospital que le asignen y será atendido por un dietista.
- **Hospital General,** de la Secretaría de Salubridad y Asistencia (Doctor Balmis 148, tel. 588 01 00); las consultas son por la mañana; conviene llegar a las 7.00 a.m. y adquirir la correspondiente ficha que cuesta $ 10.00.-
- **Instituto Nacional de la Nutrición Dr. Salvador Zubirán,** de la Secretaría de Salubridad y Asistencia (Vasco de Quiroga y San Fernando, tel. 573 10 00 Y 573 93 21)- Por la mañana, de 8 a 13.30 horas. Llamar antes, porque hay días saturados.

¿Quiere un taco con petróleo?

Hasta ahora, al petróleo se le suele considerar únicamente como combustible. Empero, recientes investigaciones han demostrado que también puede utilizarse en la alimentación, más allá de los envases o fertilizantes: hasta el momento los estudios se han abocado a la obtención de proteína para alimentación animal, pero no está lejos el día en que se incorpore proteína a partir del oro negro en el pan, las tortillas o los frijoles. De ahí la importancia, una vez más, de utilizar racionalmente este recurso que en un futuro quizá nos quite el hambre.

"Es una verdadera irracionalidad que estemos quemando el petróleo, cuando bien se podría utilizar para el consumo animal y humano. Esto no es un sueño, y en un futuro no muy lejano diremos que en nuestra dieta son elementos indispensables e importantes los hidrocarburos", afirma el ingeniero Javier Hebrero, jefe de la División de Agroquímica del Instituto Mexicano del Petróleo (IMP).

Desde hace aproximadamente 20 años se han realizado estudios a fin de producir proteínas unicelulares a partir de los derivados del petróleo. Ya en 1962, investigadores del Instituto Politécnico Nacional llevaron a cabo algunos experimentos; sin embargo, estos trabajos se cancelaron cuando se demostró que la proteína obtenida contenía compuestos cancerígenos.

Proteína unicelular prehispánica

Desde tiempos antiguos, el pueblo mexicano ha consumido proteínas unicelulares, tanto en forma de pulque como de xastle —que es el residuo sólido de la fermentación del pulque que queda en los tinacales y en las barricas utilizadas para su transporte—. Este residuo posee una gran cantidad de microorganismos (bacterias y levaduras) que constituyen una buena fuente proteica. En algunas poblaciones, todavía el xastle se mezcla con maíz para alimentar a los animales o como parte de la dieta de la comunidad.

En la actualidad, y desde 1978, en el IMP se inició el estudio de la producción de proteína unicelular teniendo como base el metanol, que a su vez se obtiene del gas natural

El ingeniero Hebrero apunta: **"Para nadie es un secreto que la población mundial crece a un ritmo muy acelerado. La organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO) ha dicho que los países subdesarrollados confrontarán problemas extremadamente graves de abasto alimenticio, pues la autosuficiencia alimentaria de estas naciones disminuirá del 92 por ciento al 80 por ciento para fines de siglo".**

Agrega que aún cuando el hambre es un problema de pobreza, más que agrícola y ganadero, y difícil de resolver con proteínas baratas, sí debe ser un objetivo nacional la autosuficiencia en todos los alimentos. Así, la producción unicelular ofrece una alternativa de transformar el metano o cualquier residuo celulósico en proteína, a la vez que ésta permitirá aumentar la eficiencia de la ganadería, avicultura y porcicultura.

Proteína para alimentos balanceados

A decir del ingeniero Constantino Fernández, subgerente de Mayoreo y Asistencia Técnica de Petróleos Mexicanos (Pemex): **"los experimentos que se están realizando en el IMP son muy importantes. Pues estamos viendo que nuestro petróleo no sirve para todo y menos para darnos de comer. De esta manera se trata de que nuestra riqueza petrolera incida de manera más directa en la producción alimentaria".**

A su vez, el ingeniero Hebrero informa que se utiliza como sustrato el metanol, por sus cualidades de pureza, baja generación de calor y crecimiento restringido de microorganismos en esta sustancia. Además, es recomendable usarlo en los países con elevado índice de producción petrolera.

Añade: **"El metanol es uno de los derivados del petróleo cuyo precio es de los más económicos y existe una potencial oferta debido a la gran cantidad de gas natural de que se dispone en el país".**

Actualmente, la proteína que se produce únicamente sirve para balancear alimentos de consumo animal, pues contiene una gran cantidad de ácidos nucleicos que el hombre no puede desechar, mientras que los animales sí tienen mecanismos para realizar esta eliminación.

Así, el forraje para los animales sería de excelente calidad, además de que grandes extensiones de tierra se podrían dedicar al cultivo de granos para el consumo humano. En la actualidad únicamente cuatro países del llamado mundo occidental tienen una producción que excede a la demanda interna de productos agrícolas, éstos son: Estados Unidos, Canadá, Austria y Sudáfrica.

Por otro lado, cabe decir que el déficit proteico en nuestro país es alarmante, pues para 1982 hacen falta 930 mil toneladas de proteína de soya; 15 mil toneladas de proteína de carne y 147 mil toneladas de proteína de pescado.

"De ahí que sea urgente considerar la importancia de estos experimentos, ya que es fundamental su importancia para el futuro de nuestro país, de la población, si es que queremos estar bien alimentados", puntualiza el ingeniero Luis Miramontes, del IMP.

Aproximadamente en cuatro años se pondrá en marcha una planta que producirá de manera industrial proteína unicelular derivada del petróleo para alimentos balanceados de consumo animal.

¿Y para consumo humano? El ingeniero Hebrero explica que en cuanto se encuentre la manera de eliminar los ácidos nucléicos, esta proteína podrá ser consumida por el hombre. **"Así podremos comer tortillas, panes y otros alimentos enriquecidos por el petróleo".**

Al preguntarle si la proteína que se está produciendo es de buena calidad, responde: **"Es de excelente calidad, pues su perfil de aminoácidos así lo demuestra, su valor biológico es elevado y su eficiencia de utilización es bastante asimilable".**

En cuanto al costo, el ingeniero Hebrero explica que **"hace algunos años se consideraba, en los Estados Unidos, que no era costeable la producción de proteína unicelular para forraje, pues costaba estre 120 y 140 dólares la tonelada, comparada con la proteína de soya para forraje que tenía un costo de 70 dólares por tonelada. Sin embargo, actualmente podemos decir que el precio de la proteína derivada del petróleo es similar al de la soya. En este momento, por cada 1.5 tonelada de metanol se obtiene una tonelada de proteínas".**

Tacos con petróleo

¿Qué diría usted si cualquier fin de semana llega a casa de un amigo y le ofrecen antojitos en cuya preparación se utilizaron proteínas de origen petrolero? **"Pues a lo mejor saben sabrosos, habría que probar y si son más nutritivos, está bien"**, responde la señora Mónica Espejel, de la colonia Doctores en el DF.

A su vez, el señor Juan Ramón Aguilera, dependiente de una farmacia, acepta que le sería muy difícil ingerir alimentos que contuviesen petróleo, aún cuando fuera en forma de proteína, **"solamente que le pongan un saborizante me comería esa cosa".**

Sin embargo falta poco para que en nuestra dieta estén incorporados los hidrocarburos. Además, en el IMP se están desarrollando experimentos para obtener de esta misma fuente tanto carbohidratos, como enzimas, vitaminas y otros nutrimentos.

El ingeniero Hebrero, de manera vehemente y convencida, explica: **"para 1985 México necesitará 500 mil toneladas anuales de proteína unicelular, únicamente para formular alimentos balanceados para ganado. Además, necesitamos que los terrenos que actualmente se dedican a los forrajes, se destinen a la siembra de granos para consumo humano. Aunque debemos decir que establecer en México 10 plantas que produzcan 100 mil toneladas de proteínas cada una, cuesta 250 millones de dólares. Pero hay que hacer este sacrificio para que tengamos un pueblo pensante, que no se debata en la desnutrición y todos los males que esto trae".**

[Wenceslao Huerta]

PASADO, PRESENTE Y FUTURO

El camino del maíz

Nuestra relación con el maíz no se agota en las cifras, ni en los consumos por habitante, ni en los volúmenes crecientes de producción. Y es que, quien más, quien menos, todos los mexicanos recorremos el camino maicero. Un camino que nos llega desde los sueños indígenas, que pasa por la alimentación básica y que no se termina nunca, tal como sucede con los ancestros, con las raíces y la identidad de un pueblo.

Se ha dicho muchas veces que en el mundo existen tres culturas: la del arroz en Asia, la del trigo en Europa y la del maíz en América. Y a los nuestros se les ha llamado los hombres del maíz, que creen, piensan y viven con él, según sus exigencias y sus ritmos. Para el campesino, para el indígena, el maíz es mucho más que un cereal. Alimento insustituible y otrora deidad reverenciada, su presencia es la posibilidad de paz y de vida, mientras que cuando falta aparecen la hostilidad, el conflicto y el hambre. El tiempo y el espacio de los mexicanos han sido ordenados durante siglos por sus leyes y "todo el maíz" —grano, olote, hojas, tallo, todo— es un elemento inseparable de la identidad nacional.

Una fidelidad siete veces milenaria

El maíz nació en América. ¿Dónde exactamente? No se sabe, y varios países se disputan su origen. Lo que no se discute es que aquí, en estas tierras, el "centli" (pues ése era su nombre) reinaba en las plantaciones unos tres o cinco mil años antes de Cristo. En los tiempos precortesianos era uno de los alimentos básicos; las mujeres lo molían con el "ka" —comúnmente conocido como metate— y ya entonces se lo mezclaba con cal. Tostado, en tortillas, en tamales, transformado en miel, atole medicinal o bebida embriagante, el maíz estaba por doquier.

Los códices hablan de su inmensa riqueza, de la gigantesca envergadura que alcanzaba su cultivo. En esos tiempos crecía en complejos agrícolas, junto con la calabaza, el chile y el frijol y se lo consumía siempre combinado con otros alimentos, en platillos perfumados y sabrosos. **"Los productos de la región deben ser ricos en propiedades alimenticias, pues nunca había yo visto una raza más hermosa que ésta"**, escribió en el siglo XVI Fray Bartolomé de las Casas, y agregaba: **"son altos y bien proporcionados, de negra cabellera brillante y dientes blancos... y desconocen las enfermedades más comunes en Europa".**

Cuando llegaron los conquistadores, el maíz estaba en su apogeo; se calcula que la producción anual llegaba a las 70,000 toneladas y que unas sietes mil se aportaban como tributo a la ciudad de Tenochtitlán durante el reinado de Moctezuma II. **"En la época de la Conquista sufrió algunos desprecios porque se consideraba que el rubio trigo superaba al prieto maíz"**, explica el profesor Francisco Alvarez González, gerente de proyectos del Fondo Nacional para el Fomento de las Artesanías (FONART). Los europeos lo importaron pero no hicieron lo mismo con las formas de consumirlo, como la nixtamalización (la mezcla con cal); de ahí que se difundieran entre ellos algunas enfermedades (por ejemplo, la pelagra) y que creyeran que el cereal era el causante. Pero el mexicano, pese a la dominación y a los cambios que trajo el mestizaje, se mantuvo fiel al maíz y se aferró a él como a su tierra y a sus dioses. **Para un pueblo conquistado y empobrecido, el maíz fue comida y utensilio, medicamento e instrumento de cambio, licor y combustible; como alimento, ya no sólo era básico, sino que en miles, en millones de casos, se convirtió en el único.**

"El glorioso maíz"

Estamos con los antropólogos que desde hace un tiempo preparan la exposición "La cultura que se ha creado en torno del cultivo y al consumo del maíz", que se exhibe estos días en el Museo de Culturas Populares. Ellos nos hablan de la historia del maíz, de su importancia, de sus usos. **"Es una creación humana y no sólo biológica** —dicen— **porque para reproducirse requiere de la mano del hombre".** ¿Los usos? Son casi innumerables: además de almidón y celulosa (los derivados industriales más cotizados), del maíz se obtiene abono (con las raíces y horcones), combustible (de los olotes), forraje (con tallos, hojas y granos) y distintos tipos de aceites, disolventes y hasta explosivos. Con los olotes tallados se hacen pipas, con las hojas secas figuras y juguetes, tamales y cigarros, con los cabellos del elote se preparan infusiones diuréticas, con la pasta de su caña se elabora materia prima para esculturas... y también están la miel, la cerveza, el aguardiente y, por supuesto, una enorme gama de comidas y platillos.

"En la Sierra Tarahumara cortar una mazorca es un asesinato", nos dice el señor Alberto Díaz de Cosío, director técnico del FONART, y agrega: **"todo lo demás será valioso pero, para el indígena, el maíz es sagrado, intocable, y atentar contra él es un crimen".** Sin embargo, no siempre es así; hay quienes prefieren el trigo atribuyéndole una dudosa superioridad, y tampoco faltan los que endilgan al maíz la responsabili-

dad en la desnutrición de gran parte de nuestro pueblo. **"Hay sectores en los que el hábito del consumo del maíz se está perdiendo, tal como sucede con nuestra cultura popular** —dice Díaz de Cosío—; **las clases medias lo utilizan en formas sofisticadas en lugar de las típicas. Si antes que nada observáramos lo que tenemos, valoraríamos adecuadamente lo nuestro; en este caso, al glorioso maíz".**

La combinación es salud

El valor nutritivo del maíz no se diferencía demasiado de los que registran el trigo, la avena o el arroz, aunque hay quienes sostienen que aventaja a éstos en capacidad de asimilación. Como todos los cereales, el maíz es rico en carbohidratos y desequilibrado en proteínas y vitaminas. Contiene cerca de un diez por ciento de proteínas cuyo "punto débil" es la deficiencia en dos aminoácidos esenciales: la licina y el triptófano. ¿Qué son los aminoácidos? Para simplificar, puede comparárseles con las letras de un alfabeto... si algunas faltan hay palabras que no se forman y pensamientos que no se expresan. La solución está en consumir el maíz junto con otros comestibles (soya, habas, frijol, etc.) que sí contienen los aminoácidos faltantes; el resultado no será una simple suma sino que la combinación multiplicará y enriquecerá al conjunto. En lo que respecta al contenido en minerales, el maíz no es demasiado rico, pero el proceso de nixtamalización que se practica en la tortilla los incorpora en una proporción significativa, en especial de calcio.

"La cuestión reside en que el maíz no sea 'el' alimento sino que siempre se lo combine con otros, como las leguminosas y, si es posible, con carne, leche y huevos; de este modo su valor nutritivo crece enormemente" afirma el ingeniero Eloy Guevara Mesa, de la UAM. Potente energético, su consumo es vital para niños y jóvenes, pero su déficit proteico exige ser compensado. No sólo la combinación de alimentos concurre a resolver este problema. En los últimos tiempos, la investigación científica ha obtenido algunas especies, como la conocida como "Opaco-2", notablemente más ricas que el maíz común. Mientras en el grano de este último se alojan 2.7 gramos de lisina y 0.7 de triptófano por cada 100 gramos de proteínas, la proporción, en el caso del "Opaco-2", es de 4.7 y 1.2 respectivamente. Y... ¿sabe usted qué incorpora al organismo cuando come unos cien gramos de nuestro pan nacional, la tortilla? Pues alrededor de 210 calorías, cerca de cinco gramos de proteínas, casi dos gramos de grasa, uno de fibra, y 196 miligramos de calcio. Como se ve, hay cosas que abundan y otras que faltan. **Es que el maíz, como a cualquier otro cereal, no hay que dejarlo solo.** Combinándolo, se aprovecha a

EL MAIZ Y LA CULTURA MAYA

"Cuando no había más que silencio y la noche lo cubría todo en las vastas soledades, esa enigmática y vigorosa planta proporcionó la substancia para darle forma física y espiritual al hombre, dice el POPOL VUH, el libro sagrado de los maya quichés". Así comienza el artículo titulado "En el principio era el maíz" del periodista Jorge González Durán, enviado por la delegación del INCO en Quintana Roo.

Según el autor, el maíz es una presencia vital en la historia prehispánica. **"En las ruinas de Tulúm aún es posible contemplar, en el interior de uno de sus edificios, un mural donde aparece una planta de maíz en forma etérea, dulcificada, simbolizando la vida y la fuerza, la eternidad y la renovación incesante de las cosas".** González Durán afirma que aún se ignoran con precisión las causas de la decadencia de la civilización maya. No obstante, lo que se mantuvo fue una sólida y unificadora identidad cultural y **"el pueblo continuó practicando su religión sencilla y elemental, cuyo dios principal era Chac, el dador de la lluvia para que el maíz encienda sus espigas en la aurora".**

En la región central de Quintana Roo, donde los mayas mantienen sus tradiciones, **"los campesinos realizan sus ofrendas con alimentos hechos a base de maíz, y a sus muertos les ponen en la tumba trece granos de maíz para que los acompañen en el viaje al misterio eterno".** La importancia del ixim" **("palabra que se pronuncia con reverencia y que significa "maíz" en el maya de la península yucateca")** va mucho más allá de su significado como alimento. Dice González Durán: **"el famoso arqueólogo inglés Eric S. Thompson escribió que maya sin maíz es como pez sin agua. Y es verdad... En 1847, cuando los mayas tenían sitiada la ciudad de Mérida, las lluvias empezaron a caer y prefirieron irse a sembrar en lugar de lanzar el ataque definitivo. Si los mayas atribuyen su origen al maíz, esta planta sigue siendo la esencia de su vida cotidiana".**

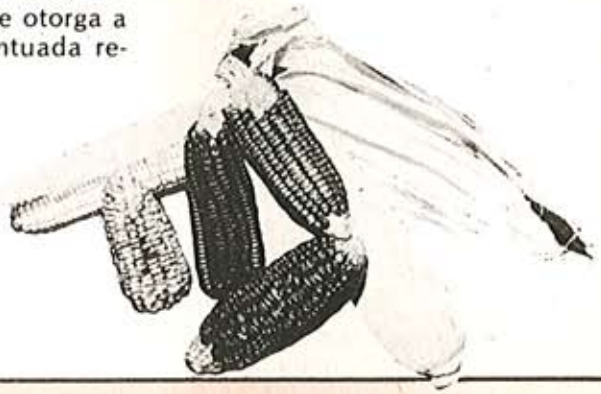
fondo su riqueza, se potencían sus propiedades y se compensan sus limitantes.

Los logros reclaman otros triunfos

"Es en el invierno cuando se prepara la tierra —nos dice el agricultor Asiano Rosa Caballero, de Santa María de Ocotán, Durango—; **en mayo o junio sembramos y esperamos que lleguen las lluvias porque aquí no hay riego".** Como más del 70 por ciento de los productores mexicanos, nuestro interlocutor utiliza el régimen de temporal, sujeto a las variaciones climáticas. **"La cantidad que se cosecha, en octubre, depende del tiempo, de las heladas, del aire... a veces son seis toneladas, otros años nada más que una..."** En 1980, el 37 por ciento de la producción de maíz fue destinada al autoconsumo. El del agricultor Asiano Rosa Caballero es uno de los casos: **"En un carretón guardamos el maíz para el gasto; de ahí comemos toda la familia, y los amigos que llegan... Aquí no comercializamos el maíz porque ésta es una comunidad incomunicada. Pero yo tengo amigos en otros lugares que sí se organizan, piden créditos al Banco Rural, y luego venden su cosecha a quien le pague mejor, en general a Conasupo".**

Bajo el programa del Sistema Alimentario Mexicano (SAM) los estímulos a los productores han logrado aumentar el volumen cosechado (según se anunció recientemente se obtuvo la autosuficiencia en maíz) casi sin extender la superficie cultivada. **"Se estima que nuestro potencial productivo es de 20 millones de toneladas en la misma área que en 1977 dio poco más de 10 millones",** confirma el licenciado Luis Prieto Zamudio, del SAM. La mejor utilización de los recursos, el uso de fertilizantes y semillas mejoradas (como el híbrido H-125), son las bases para este aumento del rendimiento. En los programas del SAM se otorga a los campesinos una acentuada reducción de las tasas de interés de los créditos (del 14 al tres por ciento), el precio de las semillas mejoradas disminuye en un 75 por ciento y el de los fertilizantes en un 30 por ciento.

En nuestro país, la importancia económica del maíz (de cuyo volumen el 82 por ciento se destina al consumo humano) es enorme. Basta señalar que la producción de este cereal genera el 23 por ciento del Producto Bruto Agrícola, que la superficie cultivada con maíz abarca casi la mitad del área cultivada total y que alrededor del 45 por ciento de la población rural se dedica a su producción. Según las cifras de la SARH, México ocupaba en 1979 el noveno lugar entre los productores mundiales (que encabeza Estados Unidos con el 47.6 por ciento de la producción total). Sin embargo, el



EL MAIZ MEXICANO EN CIFRAS *

	Superficie cosechada (ha)	Rendimiento medio por ha (kg)	Producción (toneladas)	Comercio exterior Importación (toneladas)	Comercio exterior Exportación (toneladas)	Consumo nacional (toneladas)
PROMEDIO 1970-74	7,349,419	1,207	8,868,970	682,326	148,218	9,404,077
PROMEDIO 1975-79	6,741,412	1,368	9,196,558	1,530,185	3,004	10,723,739
1980	6,955,201	1,770	12,383,243	4,187,072	429	16,569,886
1981	8,150,173	1,798	14,765,760	2,724,300	-----	No hay datos
1982 (Programado)	8,742,596	No hay datos	15,268,207	No hay datos	No hay datos	No hay datos

Los principales estados productores son los de Michoacán, Jalisco, Guanajuato, México, Veracruz, Puebla, Guerrero, Chiapas, San Luis Potosí, sur de Tamaulipas y sur de Chihuahua.

Según datos de CONASUPO, sobre el total de la superficie cultivada, se estima que el 13.9 por ciento corresponde al régimen de riego y el 86.1 por ciento al de temporal. Sobre el volumen producido, el 21.1 por ciento proviene del primer sistema y el 78.9 del segundo.

De acuerdo a la información del SAM, en 1980 se destinó el 81 por ciento de la producción a consumo humano (tortillas y otros alimentos) y el 19 por ciento restante a forraje y otros derivados. En ese año el consumo per cápita de tortillas fue de 227 gramos diarios.

* FUENTES: 1970-1980: "Ecotecnia Agrícola", Vol. V, Sept. de 1981 (SAHR, Dirección General De Economía Agrícola).
1981 – 1982: "Informe de resultados de la producción agropecuaria y forestal 1981" (SAHR) y CONASUPO.

rendimiento —alrededor de 1.4 toneladas por hectárea— correspondía a la media de los países subdesarrollados, contrapuesta a las casi 5 toneladas por hectárea que registran los avanzados.

Con una producción de 14,765,760 toneladas para 1981, nuestro país ha cubierto las metas propuestas. Pero... no dormirse en los laureles: el alto incremento demográfico y la persistencia de serios problemas en el circuito agrícola industrial requieren intensificar los esfuerzos.

De la tierra a la mesa

La tortilla no puede faltar en la mesa mexicana, ya sea a través del autoconsumo (que se lleva el 37.8 por ciento del volumen total de maíz) o de su producción industrial. Cada una nos cuesta alrededor de 15 centavos y la costumbre es comerla fresca, recién hecha. ¿Qué camino recorre la tortilla? O, en otras palabras, ¿qué sucede entre la cosecha y la mesa familiar? Antes que nada, como producto industrializado, es el principal que genera el maíz. **"Representa un 43 por ciento del consumo total de maíz, en tanto que otros derivados industriales no llegan aún al cuatro por ciento"**, nos dice el delegado estatal del INCO en Guadalajara, licenciado Mario Pizano Karam. Nuestro interlocutor, autor de un muy completo estudio sobre la realidad del maíz en nuestro país, agrega que el promedio per cápita de consumo nacional de tortillas estimado para 1982 es de 11 por día (336 gramos).

"La elaboración de las tortillas ha evolucionado desde aquel tradicional palmeado con cocimiento en comal... hasta las actuales máquinas que, por lo general, producen alrededor de 120 kilogramos por hora y no requieren más de dos personas para su operación", dice Pizano. En la industria de masas y tortillas hay dos etapas claras: la formada por los molinos de nixtamal y las fábricas de harina y la constituída por las tortillerías. **"Hoy la industria mexicana cuenta con 16 fábricas de harina de maíz (seis del sector público y diez del privado); con 14,330 molinos para nixtamal, 8,819 molinos-tortillería y 13,961 tortillerías"**, apunta nuestro entrevistado.

En el camino de la tortilla los intermediarios juegan un rol que es gran responsable de su encarecimiento. Se trata, como siempre, de comprar barato y vender caro. En este caso, especulan con el precio que se le paga al campesino (que es el precio de garantía) y con el que el molino de nixtamal debe pagar para producir la masa a precio oficial. **"Nosotros abrimos hasta dos mil centros de compra en toda la República, intentando apoyar el precio de garantía y estimulando al campesino para que nos venda su maíz cosechado"**, dice el ingeniero Guillermo de la Hoz, gerente comercial de CONASUPO. Se estima que durante este año el organismo proporcionará unos 5 millones de toneladas de maíz, distribuidas entre molinos de nixtamal (tres millones), fábricas de harina (uno) y ventas al menudeo (un millón).

No faltan quienes tratan de usufructuar este programa en su propio beneficio, dedicándose a vender a otros productores el maíz que CONASUPO entrega a precios bajos. **"Esto ocurre en algunos lugares donde se aprovechan ilícitamente las deficiencias que aún subsisten**

COMO RECONOCER EL BUEN MAIZ

A pesar de que muchos creen que el amarillo es mejor que el blanco, según los especialistas los colores no influyen en la calidad del maíz. Para elegirlo hay que tener en cuenta el uso que se le asigna: el maíz palomero es rosadito y chiquito, el pozolero ("cacahuazintle") tiene forma de bola y es muy ligero. Para hacer tortillas sirve cualquier maíz siempre que no tenga humedad que altere su consistencia, picaduras de insectos u olor a insecticida.

En nuestro país se dan aproximadamente 36 razas de maíz aunque el número de variedades obtenidas es superior a cinco mil. El maíz rojo crece en los lugares más bajos, el blanco en las zonas húmedas, el azul resiste mejor el frío. Las mazorcas de forma cilíndrica son originarias de regiones cálidas (hasta mil metros sobre el nivel del mar), las de forma semicilíndrica corresponden a zonas ubicadas entre 1,200 y 1,900 metros sobre el nivel del mar (como el Bajío) y las de forma cónica provienen de los valles altos, como el de México y zonas de Puebla, Pachuca y otras. Es aquí donde se han obtenido los híbridos de más alto rendimiento como el H-125.

En una palabra: el maíz presenta multiplicidad de formas y colores, y esta variedad no implica diferencias en cuanto al valor nutritivo, aunque en Sonora se prefiera la tortilla negra a la amarilla y en otras zonas la azul a la blanca. Lo que sí garantizará mejoras significativas respecto del contenido proteico será la incorporación a gran escala de variedades mejoradas como el Opaco-2 y otras.

en los sistemas de producción, administración y comercialización", sostiene un estudio sobre la situación en Monterrey elaborado por la delegación del INCO en dicha entidad. Según el trabajo, el estado de Monterrey, pese a su baja producción de maíz, cuenta con el sistema de producción y canalización de la tortilla más eficiente del país, consistente en generalizar el reparto a las tiendas de autoservicio y otras, y en agrupar a los productores en algunas plantas industriales.

Las mil y una preparaciones

"Del acto de envolver un guisado con la tortilla surge el mexicanísimo taco, y a la vez, hay tantos tipos de tacos como alimentos susceptibles de enrollarse en una tortilla", afirma el licenciado Pizano. Pese a esta variedad, inmensa y sabrosísima, el maíz no se consume del mismo modo según los distintos estratos sociales; **"están los clasemedieros que sólo aprovechan el "huitlacoche" (el hongo), para rellenar los canelones"**, dice el director técnico del FONART, y también abundan quienes prefieren los "flakes" con aires norteños a nuestra tradicional y rica tortilla, aunque la diferencia de precios sea abismal y el valor nutritivo el mismo. Sin embargo, para la gran mayoría del pueblo mexicano, el maíz, al modo nuestro, es un alimento insustituible. La cuestión reside, como ya hemos dicho, en saber combinarlo con otros comestibles, de modo de enriquecer sus propiedades y lograr una dieta nutritiva. Las recetas son infinitas y cuentan con una clara ventaja: no sólo se adaptan a nuestro paladar, afinado en siglos de tradición cultural; también resultan más económicas si se eligen cuidadosamente.

Entre las recetas enviadas por las amas de casa al consurso organizado por el Museo de Culturas Populares para elaborar un gran recetario de platillos de maíz, extraemos algunas para que usted las pruebe:

Molde de tortillas: deshaga un huevo en 1/4 litro de jocoque con sal a gusto; bata bien la mezcla y remoje en ella 12 tortillas pequeñas; acomódelas en una budinera engrasada colocando entre cada una dos chiles poblanos en rajas, y queso fresco rebanado. Luego, sólo se requieren 10 minutos de horno mediano.

Calabacitas rellenas: Cueza ocho calabacitas redondas en poca agua, cuidando que queden duritas; córteles una tapita en la parte superior y ahuéquelas; a la pulpa mézclela con 125 gramos de queso añejo rallado y un elote cocido y desgranado; rellene con esta mezcla las calabacitas, colóquelas en un molde, cúbralas con 1/4 litro de crema sazonada con sal y rocíelas con polvo de pan. Manténgalas en horno mediano durante unos 15 minutos.

Tostada de atún a la mexicana: desmenuce el contenido de una lata de atún y mézclelo con dos chiles poblanos hechos rajas y picados; aparte, pase por una coladera dos yemas de huevo cocido y desbarátelas en 1/4 de taza de aceite agregándoles sal y dos cucharadas soperas de vinagre; revuelva esta salsa cuidadosamente y mézclela con el atún. Fría ocho tostadas, escúrralas bien, póngales lechuga, el atún y adórnelas con una rebanada de aguacate.

Seguramente, usted conoce muchos más platillos tan deliciosos como éstos. Sabemos que son muy pocos los mexicanos que abandonan al maíz, pero en esta cuestión no sólo se trata de fidelidades. Recuerde: no hay que dejarlo solo. Rodéelo con otros acompañantes, otros sabores, otros valores nutritivos. El maíz y usted se repartirán la ganancia.

[L.P. Información: Isabel Arbesú]

AGUASCALIENTES: CUANDO EL AGUA FALTA

"La agricultura en nuestro Estado se ha visto frenada por un desequilibrio en lo fundamental: la escasez de agua del suelo y los cambios en el ciclo pluvial", señala el informe enviado por la delegación del INCO en Aguascalientes. Las consecuencias —un bajo índice productivo y la falta de dos granos básicos como son el maíz y el frijol— otorgan a la entidad características más similares a las de un centro distribuidor y de consumo que eminentemente productor.

Estas condiciones físicas y climatológicas han determinado una línea irregular en la historia del maíz. En un Estado donde el 40 por ciento de la superficie cultivable se destina a la producción de este cereal, muchas de las zonas son áridas o semisecas, como las del Llano, Ciso, Pabellón y San José de Gracia.

Según el informe, **"en 1977 la producción fue mayor que la demanda y hubo un superávit de 20,740 toneladas, y en 1978 se logró la autosuficiencia"**. No ocurrió lo mismo durante los años posteriores, cuando las sequías y el incremento poblacional afectaron seriamente la satisfacción de las necesidades: **"en 1979 y 1980 la producción decreció en un 45 por ciento; sumando a esta disminución el aumento de la demanda, nos encontramos con que en estos años el déficit en maíz y frijol fue de 11,500 toneladas"**.

Las cosas mejoraron en 1981, aunque los problemas básicos mantienen su incidencia: **"hubo un importante incremento gracias a los esfuerzos de los temporaleros, pero aún así no se cubrieron las metas de la autosuficiencia alimentaria"**, afirma la delegación del INCO.

EN EL PRIMER CUADRO DE LA CIUDA

Consumo a la vieja usanza

A la vez que nos hemos ido volviendo asiduos visitantes de los modernos centros comerciales, la añeja costumbre de concurrir a las tradicionales tiendas del centro de la ciudad va quedando en el olvido. Y sin embargo ningún flamante conjunto comercial puede igualar la delicia de recorrer esas viejas calles cargadas de historia, visitar establecimientos en los que —todavía— el cliente es tratado como ser humano y poner en práctica uno de los principios fundamentales del buen consumidor: comparar precios y elegir, entre una amplia variedad de artículos, el más indicado para nuestras necesidades.

Sábado, 10 de la mañana: las cortinas metálicas empiezan a levantarse y los primeros —escasos— clientes comienzan a llegar a la más antigua zona comercial del país: el primer cuadro de la ciudad de México.

Los más conocedores ya están ahí para realizar sus compras; la experiencia les ha enseñado que en un área de pocas manzanas pueden encontrar casi todo lo que necesitan y —sabiendo buscar— adquirirlo a muy buenos precios.

Absorto frente al aparador de una ferretería está Enrique Rodríguez, empleado federal de 36 años, quien aunque vive en el sur de la ciudad gusta de visitar el centro. **"Cuando necesito herramientas vengo a buscarlas a la calle de Corregidora porque son baratas. Donde venden cosas usadas las dan más caras que comprándolas nuevas aquí".**

A varias cuadras de distancia, el señor Ernesto Cuevas, que camina por la calle de Allende, sostiene: **"No puede compararse la variedad que hay en el centro con el surtido de los almacenes. Aun los más grandes están todos como uniformados, encuentra uno las mismas cosas en todos ellos. Aquí en cambio siempre consigo lo que quiero, ya sea algo muy económico o un artículo más fino".**

Las tiendas del centro, como las de otros rumbos, no podían escapar a la modernización: ya puede verse la preocupación por hacerlas más atractivas, por instalar aparadores que llamen la atención. Sin embargo, el estilo tradicional, llamémoslo de "mostrador", predomina en la mayoría de ellas: el cliente acude preguntando por la mercancía que desea y el encargado, en ocasiones el propio dueño de la tienda, se ocupa de orientarlo sobre el producto que conviene más a sus necesidades.

"En estos lugares sí me siento como gente —comenta Raúl Galicia, abogado de 43 años—; **vine porque necesito unas refacciones, pero también lo tomo como una manera de aprender y convivir, porque el encargado de esta tienda sabe mucho de electrónica y me aconseja en ese tema. No puedo decir lo mismo de supermercados y almacenes, donde el trato es completamente impersonal".**

Esa es una de las principales virtudes que todavía conservan algunos de estos establecimientos: el trato

directo entre consumidor y comerciante que permite obtener algo más que una mercancía: el contacto humano, ausente en los modernos centros comerciales.

Sin embargo la venta tipo "mostrador" no impide que la mercancía esté a la vista del público —en las vitrinas— para que pueda elegir con más facilidad. Las dulcerías de esta zona son un típico ejemplo.

Otra de las ventajas del consumo a la vieja usanza es la posibilidad de contar con calles enteras dedicadas al mismo giro, lo cual permite —además de acudir a comprar sólo lo necesario— recorrer varias tiendas especializadas en unas cuantas cuadras y así poder comparar precios y adquirir lo más conveniente a cada gusto y presupuesto.

En cuestión de zapatos, por ejemplo, el surtido es enorme. Tacuba y Pino Suárez cuentan con decenas de zapaterías, donde, a decir de Elsa Morales, estudiante de ingeniería química, **"sí que hay de donde escoger, desde los muy económicos hasta los de 'marca'. Y todos son baratos comparados con los que venden en las nuevas plazas comerciales: nada más les ponen etiqueta y te los venden carísimos. Aquí hay zapatos de León de muy buena calidad".**

Y para quienes no gustan de ser esclavos de la moda, el centro también constituye una alternativa, como lo indica el ingeniero Saúl Treviño, quien entrevistado en la esquina de Gante y 16 de Septiembre afirma: **"Yo que soy más conservador prefiero venir aquí, donde encuentro ropa y zapatos a mi gusto. En otros lados venden únicamente prendas de 'última moda', aquí sí hay lugares donde encuentro cosas de menos actualidad que son de mi agrado".**

Cinco siglos de historia

A las dos de la tarde el número de visitantes ha aumentado considerablemente. Ya es hora de la comida y conviene dirigirse a las calles del lado poniente del Zócalo, donde hay establecimientos para todos los gustos, desde fondas hasta restaurantes elegantes, pasando por los típicos "cafés" como el París, el Tacuba o el café La Blanca.

Después puede aprovecharse para visitar alguno de los muchos si-

MAS BARATO EN EL CENTRO

Aunque no puede afirmarse que todos los comercios del centro ofrecen precios bajos, sí es un hecho que en el primer cuadro pueden conseguirse productos más económicos que en otras zonas de la ciudad. En una muestra tomada al azar, comparamos precios de diversas tiendas del centro —ferreterías, dulcerías, papelerías y otras— con los costos de los mismos artículos en tiendas de Plaza Satélite, Perisur y Plaza Universidad. Juzgue usted mismo y recuerde que el secreto está en comparar antes de comprar.

Artículo	Precio en tiendas del centro	Precio en tiendas de plazas comerciales
Licuadora Philips TX 300	$ 893.00	$ 1336.00
Licuadora Philips TX 6000	1792.00	2676.00
Licuadora Osterizer 1 velocidad	999.95	1368.00
Asador General Electric	2008.00	2250.00 (precio rebajado)
Exprimidor de naranjas Ekco	680.00	923.00
Nivel Stanley número 24	522.00	705.00
Nivel Stanley número 18	459.00	620.00
Maleta Samsonite Caribe 3	1624.00	2030.00
Neceser Samsonite	752.00	940.00
Agua de Colonia Charlie	415.00	490.00
Loción Jean Naté	157.50	269.00
Encendedor Cricket	20.00	
Bolígrafo Paper Mate ejecutivo	$ 330.00	$ 399.00
Jgo. lapicero y bolígrafo Paper Mate	660.00	799.00
Máquina de escribir Olivetti 32	3892.00	5755.00
Máquina de escribir Olivetti 35	4151.00	6095.00
Calculadora Printaform 1511	439.00	950.00
Calculadora Printaform 1555	988.00	1990.00
Vaso jaibolero	9.50	13.95
Nuez pelada (kilo)	340.00	485.00
Cacahuate (kilo)	150.00	185.00

Viejas calles cargadas de historia para comprar sin prisas y generalmente más barato.

tios de interés histórico que hay en esta zona: el Museo de la Ciudad de México — a tres cuadras del Palacio Nacional— donde se puede apreciar, en maquetas, el desarrollo que ha tenido nuestra ciudad desde su fundación; el Arzobispado en la calle de Moneda — interesante joya arquitectónica; alguna iglesia, como la de San Francisco, en Madero y Lázaro Cárdenas.

El simple recorrido por las calles rodeadas de edificios coloniales es cautivante. En esas mismas calles donde se refleja la riqueza histórica de cinco siglos, también los precios vuelven por momentos al pasado: podemos así encontrar encendedores recargables de 60 pesos o interesantes libros de dos pesos (menos de lo que cuesta un pasaje de camión).

Y no faltan los vendedores "callejeros", que al reiterado grito de "a 30 la pieza que le agrade", ofrecen desde abanicos hasta bolígrafos.

Comprar bien tiene su "chiste"

También comprar cansa y si después de recorrer tiendas se antoja sentarse un rato, alguna de las muchas placitas que hay en el centro puede convertirse en el sitio indicado para reposar: la de Manuel Tolsá (en Tacuba, frente al Palacio de Minería); la del Convento de la Merced (Jesús Ma. entre Uruguay y Venustiano Carranza), la del Estudiante (Apartado y Carmen), la de Santa Catarina (Honduras y Brasil) son algunas de las muchas que hay.

Y después de la reconfortante pausa, vale la pena atender algunos consejos de consumidores "duchos" en compras por estos lugares:

• Los fabricantes de ropa no reparten la misma a todas las tiendas, así que conviene recorrer varios locales para encontrar distintos estilos.

• En las tiendas del centro, sobre todo en las que están cerca del Zócalo, todavía tiene resultados efectivos el regateo. Según varios consumidores, en las joyerías de los arcos (frente a Palacio Nacional) y en las mueblerías de Paraguay y Escudero se logran considerables rebajas con esta práctica.

• En algunas marcas de petacas se hace el 20 por ciento de descuento, aunque es necesario recordárselo al empleado para que éste lo haga efectivo. Por eso no está de más acostumbrarse a preguntar por el posible descuento.

GUIA PARA IR DE COMPRAS

Aunque no es del todo exhaustiva, la siguiente relación entre diversos artículos y las calles donde hay más tiendas dedicadas a su venta puede ser de utilidad para quien —como buen consumidor— ya sabe lo que quiere comprar.

• **Novias, 15 años y Primera Comunión:** Honduras, Chile (cerca de Honduras).

• **Zapaterías:** Tacuba, Pino Suárez, Brasil (a la altura de Honduras).

• **Aparatos electrónicos y refacciones de los mismos:** República de El Salvador.

• **Joyería de fantasía:** Carmen.

• **Ferretería y regalos:** Corregidora.

• **Artículos para deportes:** Venustiano Carranza (cerca de Lázaro Cárdenas).

• **Instrumentos musicales:** Bolívar, Venustiano Carranza, Mesones.

• **Casimires:** Isabel la Católica.

• **Petacas y artículos de piel:** Allende

• **Opticas:** Madero.

• **Talabarterías:** Pino Suárez.

• **Mueblerías:** Paraguay, Ecuador.

• **Joyerías:** Portales frente a Palacio Nacional, Brasil en las cuadras cercanas al Zócalo.

• **Fábricas y tiendas de ropa:** Izazaga, Tacuba, Correo Mayor, 20 de Noviembre.

• **Mercerías y boneterías:** Correo Mayor.

• **Artículos de papelería:** Mesones (de Correo Mayor a Pino Suárez).

• **Artículos para baño y cocina:** Ayuntamiento.

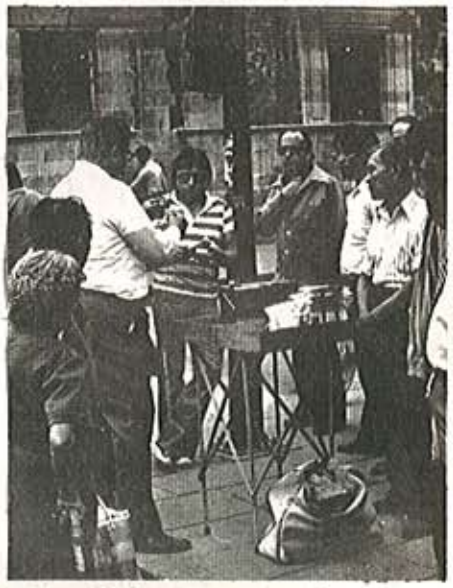
• **Papel por pliego:** República de El Salvador.

• **Artículos de iluminación:** Victoria.

• **Venta y reparación de electrodomésticos:** Artículo 123.

No es el paraíso

Ya son más de la seis de la tarde y quienes se encaminan al metro Zócalo se topan con un quinteto de músicos invidentes que, sobre Corregidora —justo al lado de una acequia que emula los canales que antaño fueron importantes vías de comunicación— interpretan tangos con asombrosa destreza. Un deleite para los oídos.



"¡Que no le digan, que no le cuenten..." Una añeja costumbre que aún subsiste en el Centro.

Antes de alejarse del sitio donde se funden las culturas prehispánica y colonial con el México moderno, los consumidores más perspicaces han aprendido que no todo son ventajas en los comercios de esta zona; llegaron a comprobar que hay unas tiendas que venden incluso más caro que los grandes almacenes y que en otros establecimientos despachan empleados altaneros e indiferentes.

Saben, pues, que el centro no debe tomarse como la panacea de la buena compra, pero se dan cuenta de que sí constituye una muy buena alternativa para elegir entre un amplio surtido, comparar precios y adquirir sólo lo necesario. Y, sobre todo, han aprendido que hay otras maneras de comprar, sin angustias, sin voces seductoras por los altavoces, aprovechando las ventajas que el comercio a la antigua todavía ofrece a los consumidores.

[Bertha Trejo]

Chihuahua: grande en tamaño y en consumo

Cercana a la frontera de los Estados Unidos, la ciudad de Chihuahua muestra evidencias muy significativas de la penetración norteamericana en los hábitos de consumo de sus habitantes. Según una investigación de la delegación del INCO en la entidad, el 91 por ciento de los jóvenes chihuahuenses prefiere comprar en el país vecino en lugar de hacerlo en México. Esto, aunado al acelerado crecimiento de la entidad, hace que el consumo actual presente dimensiones interesantes.

Con una población cercana al medio millón de habitantes, la ciudad de Chihuahua es una ciudad comercial. Aproximadamente tres mil establecimientos hacen del comercio el sector principal de la economía.

El crecimiento acelerado de Chihuahua en los últimos años —en 1960 tenía tan sólo 170 mil habitantes— ha traído consigo una serie de deficiencias en el nivel de vida de la población, ya que existe un déficit de 10 mil viviendas; además, el 30 por ciento de la población carece de drenaje y el 20 por ciento no tiene empleo fijo y remunerado, según datos de la Escuela de Arquitectura de la Universidad del estado.

Y como sucede en casi todas las ciudades, aquí también los comercios grandes se encuentran en el centro de la urbe: La Soriana, Del Real y Futurama, son algunos lugares donde los chihuahuenses acostumbran realizar sus compras. En los alrededores de la ciudad únicamente existen los pequeños tendajones, que ofrecen pocos productos y en escaso número.

A decir del licenciado Víctor Manuel Barriguete, delegado del Instituto Nacional del Consumidor en la entidad, *"el comercio chihuahuense es honesto y responde de buena manera a los reclamos que los consumidores hacen a través de los organismos competentes. Obviamente que a veces tenemos que denunciar alguna irregularidad debido a que los comerciantes hacen caso omiso de nuestra llamada de atención".*

En la ciudad de Chihuahua ya se han instalado cinco o seis tiendas de las grandes cadenas comerciales que se extienden por todo el país.

En este sentido, el profesor Humberto Martínez, delegado de la Secretaría de Comercio, explica: *"Nuestro comercio es tradicional y dinámico. Además, tiene una ética muy estricta, donde influye el hecho de que la mayoría de los dueños son chihuahuenses, es decir, no son personas que vayan de paso y quieran sacar toda la ganancia posible, sin importar los medios".*

No obstante, señala que hay casos en que se quiere abusar del consumidor, por lo que mensualmente la dependencia a su cargo

CAMPAÑAS DEL INCO PARA PROMOVER EL CONSUMO DE SOYA

Como una manera de reducir los faltantes proteicos que padece la población chihuahuense, el Instituto Nacional del Consumidor promociona el consumo de alimentos enriquecidos con soya.

En este sentido, el Instituto Chihuahuense de Investigación y Desarrollo de la Nutrición (ICHIDN) ha elaborado una serie de productos que contienen soya: bolis, cajetas de almendra, mazapanes, crema de cacahuate, galletas, atole, chorizos y jamoncillos.

Asimismo, el ingeniero Juan Manuel González, subdirector de Desarrollo de Nuevos Productos del ICHIDN, afirma: *"también hemos trabajado un concentrado de sangre de bovino y un concentrado proteico de pescado"*

A un precio de 25 pesos, un kilogramo de sangre de bovino contiene 87.43 por ciento de proteínas. El concentrado proteico de pescado tiene un costo de 59.50 el kilogramo, con un 86.58 por ciento de proteínas.

"Una cualidad de esos productos es que cuando se agregan a los alimentos, éstos no cambian su apariencia ni sabor. Nadie identifica alguna comida que contenga soya, sangre de bovino o concentrado de pescado", puntualiza el ingeniero González.

Por último, el ICHIDN está en pláticas con el Sistema Alimentario Mexicano para instalar una planta piloto y elaborar concentrados proteicos y alimentos enriquecidos.

levanta de 130 a 150 actas, principalmente por violación de precios. En total se aplican multas cercanas a los 500 mil pesos al mes.

A su vez, el señor Humberto Pérez Talamantes, gerente de la Cámara de Comercio de Chihuahua —organismo que cuenta con 1,500 afiliados— apunta: *"aunque nuestro comercio es tradicional, existe la tendencia a la modernización. Hasta el momento es suficiente para las necesidades de nuestra población. El problema que existe y que no compete a los comerciantes, sino a los proveedores es el escaso abasto de productos básicos"*.

Influencia estadounidense

Sabido es que Chihuahua tiene problemas de comercialización debido a que algunos productos no llegan de manera suficiente; esto, aunado a la relativa cercanía con la frontera estadounidense, induce al consumidor a desplazarse al país del norte para abastecerse de ropa, calzado, aparatos eléctricos y, en ocasiones, hasta de alimentos.

El licenciado Barriguete apunta: *"aquí es una especie de tradición ir a los Estados Unidos a comprar. Creo que no nos equivocamos al decir que la clase acomodada compra todo en ese país y la clase media adquiere un 50 por ciento de sus productos en El Paso; la clase baja compra aquí en Chihuahua un 70 por ciento de lo que necesita, pero cuando tiene posibilidades de ir al otro lado, lo hace"*.

En este sentido, cerca del Mercado Juárez hay un lugar llamado "el Pasito", con obvia referencia a la ciudad estadounidense de El Paso. Los consumidores que no pueden ir a los Estados Unidos se conforman con acudir a este sitio para adquirir productos extranjeros.

Según una investigación de la delegación del INCO, de mil personas jóvenes entrevistadas, el 91 por ciento prefiere comprar en los Estados Unidos, contra un 7.5 por ciento que le gusta hacerlo en México. El 87 por ciento aceptó imitar la forma de vestir, de actuar y de vivir de los norteamericanos. Respecto del lenguaje, el 58 por ciento emplea modismos extranjeros. Y en cuanto a la atracción principal de vivir cerca de los Estados Unidos, el 80 por ciento afirmó que se debe a las compras que se pueden realizar y a las diversiones a las que se puede asistir.

Abasto de productos básicos

Uno de los organismos que ha tratado de abastecer a la población de los suficientes productos básicos es la Impulsora del Pequeño Comercio (Impecsa), cuyo gerente Saúl Hernández afirma: *"nosotros tenemos cerca de 740 afiliados, a los que podemos surtir de 800 ar-*

tículos diferentes. Mensualmente vendemos cerca de 10 millones de pesos y el 95 por ciento de la mercancía la damos más barata que las tiendas no afiliadas a Impecsa". Añade que se aduce escasez de algunos productos, *"pero sucede que sí los tenemos, el problema radica en que el consumidor busca marcas y no la mercancía en sí. Aunque debemos decir que después de la devaluación, de 300 proveedores que tenemos, aproximadamente el 60 por ciento dejó de surtirnos; sin embargo, ahora ya se normalizó un poco".*

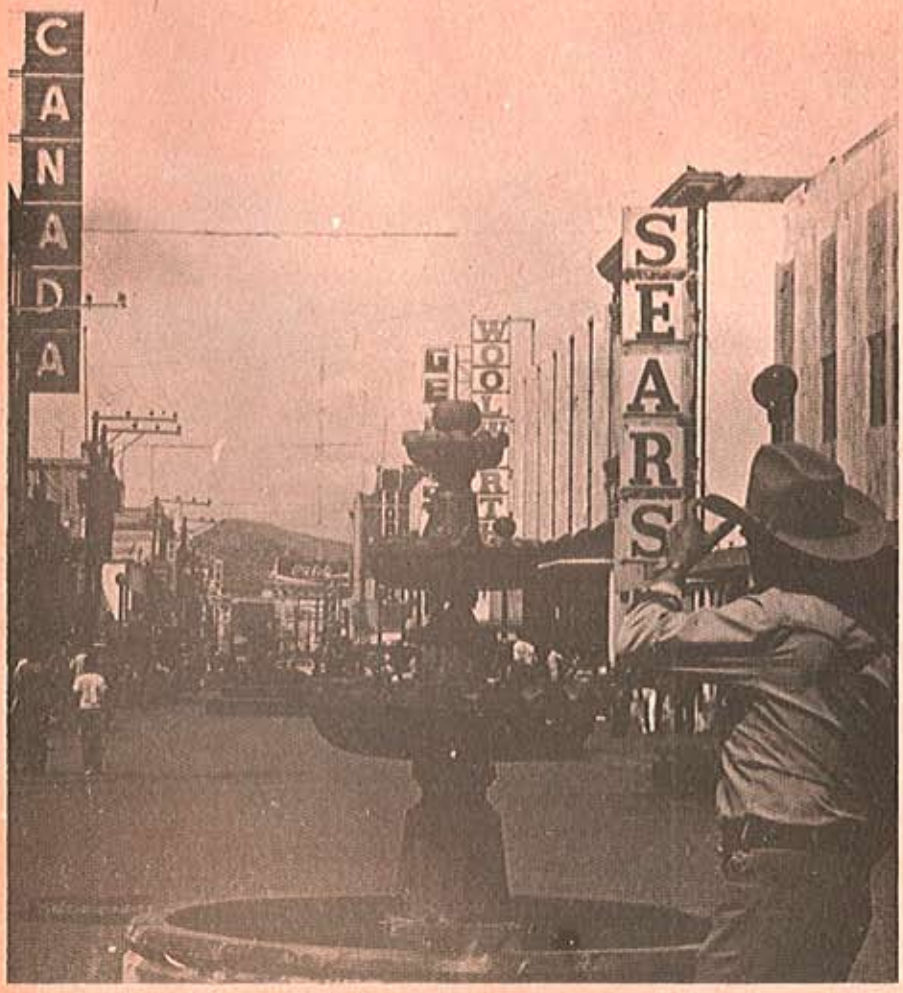
Asimismo, el señor Ramón Reyes, gerente de Conasupo, informa que la entidad cuenta con 174 tiendas Conasupo-Coplamar y 152 tiendas en el medio rural y urbano. De enero a marzo de 1982 han vendido mercancía por un valor de 250 millones de pesos. *"En este momento Conasupo participa aproximadamente en un 10 por ciento del total de las transacciones comerciales".*

Actividades del INCO

Múltiples han sido las tareas que el INCO ha realizado en Chihuahua desde que la delegación se inauguró el 10 de diciembre de 1981.

A través de la radio y la TV se ha informado a la población de la existencia del INCO, para que utilice sus servicios. Además, tres días a la semana se dispone de media hora en radio para difundir la transparencia de precios y transmitir diversos mensajes sobre consumo.

Importante ha sido la colaboración con la Asociación de Padres de Familia, con quien se ha realizado una ponencia para



"EL INCO HA SIDO DE GRAN BENEFICIO PARA LA POBLACION CHIHUAHUENSE": GOBERNADOR OSCAR ORNELAS

"Como en varias entidades del país, en Chihuahua también se manifiesta esa deformación en los hábitos de consumo de nuestra población, por lo que es necesario que se le concientice para que cuide su salario y gaste únicamente en aquello que realmente necesita", afirmó a Revista del Consumidor el licenciado Oscar Ornelas, gobernador de Chihuahua. Tras de expresar que *"en México no ha habido una publicación especializada, con las características, el mensaje y la efectividad en el medio social al que está dirigida, como la Revista del Consumidor",* el licenciado Ornelas agregó que el gobierno del estado tiene un plan de industrialización que se traduce en el compromiso de crear 25 mil empleos anualmente. *"En el primer año de nuestra administración llegamos a abrir 45 mil fuentes de trabajo. Este año seguramente habrá limitaciones, pero esperamos mantener el ritmo para que al cabo de seis años hayamos creado 125 mil empleos".*

Por otro lado, manifestó que las acciones del INCO y de la PFC han sido de gran beneficio para la economía familiar de los chihuahuenses, quienes padecen, además, la influencia estadounidense en sus hábitos de consumo.

Debido a la pasada devaluación del peso, el gobierno de Chihuahua ha reducido al máximo los gastos superfluos, suspendido obras y se han tomado una serie de medidas administrativas para inclusive suprimir dependencias.

Por último, el gobernador del estado más grande del país recomendó a los consumidores que razonen todos sus actos de compra y mediten realmente sobre lo que necesitan.

que en los libros de texto gratuito se incluya un capítulo que se refiera al buen consumo.

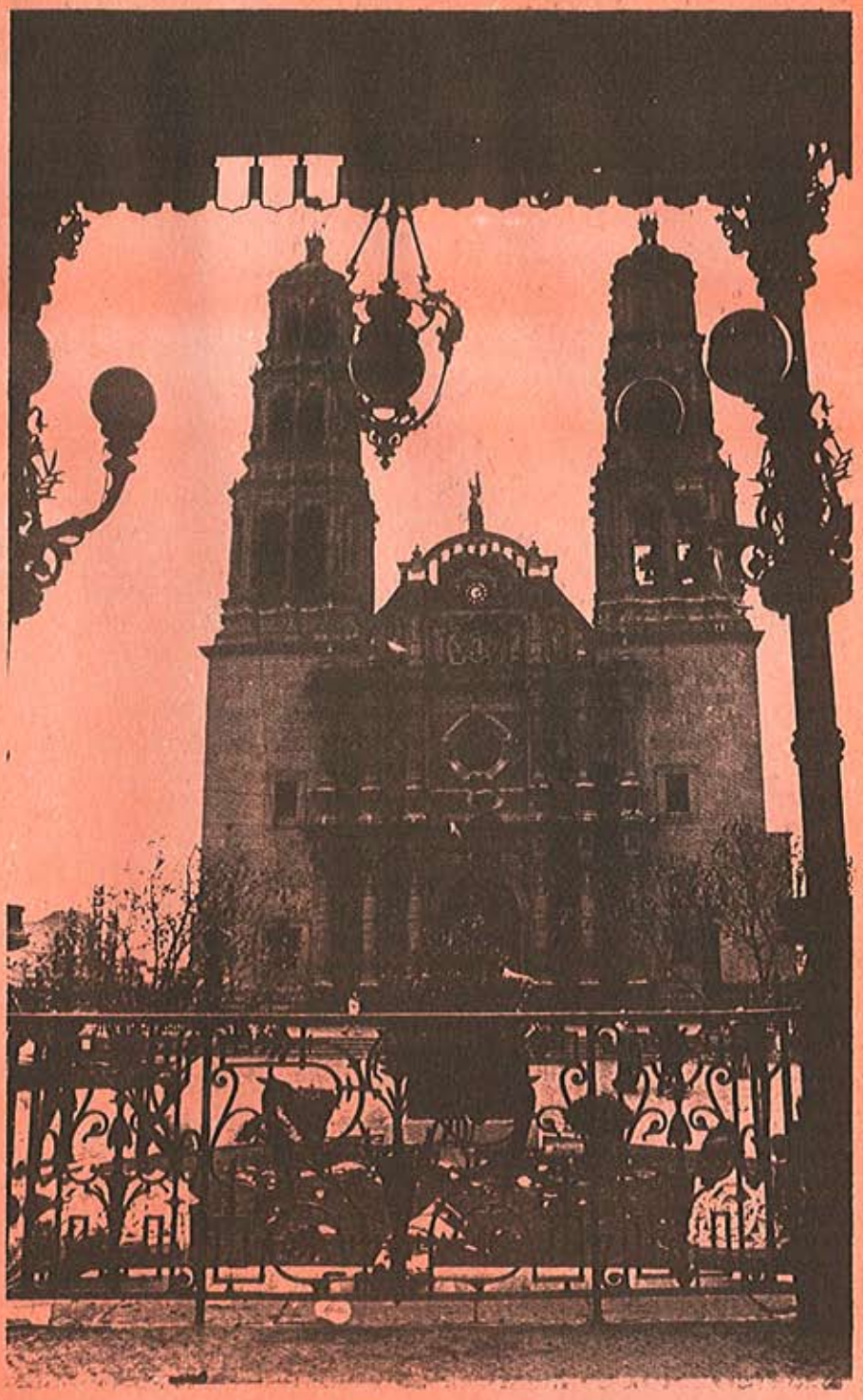
Una tarea muy concreta llevada a cabo por la delegación del INCO se refiere al requerimiento que se ha hecho a los comerciantes para que muestren en lugar visible los precios de los productos o de los servicios; *"hasta a los vendedores de 'burritos' les hemos pedido este cumplimiento"*, afirma el licenciado Barriguete.

Por otro lado, la licenciada Marcela de la Vega, miembro de la Delegación del INCO, apunta: *"A principios de mayo, unos niños nos hablaron por teléfono para agradecernos los consejos que dimos a sus padres con respecto al trato con ellos. Que qué bueno que dijéramos a los padres que jugaran con sus hijos"*.

Quejas, pesca y huertos familiares

El licenciado Alfonso Herrera, delegado de la Procuraduría Federal del Consumidor en Chihuahua, informa que de las 37 oficinas de la PFC en el país, la de esta ciudad ocupa el quinto lugar respecto del número de audiencias, que en el mes de febrero del presente año ascendieron a 961. Asimismo, el 96 por ciento de los casos conocidos se resuelven a favor del consumidor, por lo que en 1981 se recuperaron más de 200 millones de pesos.

Agrega que el 69 por ciento de las quejas que se presentan se refieren a la prestación de servicios públicos y privados; *"son comunes las denuncias del pésimo funcionamiento de los teléfonos, electricidad y abastecimiento de agua potable"*.



Por otra parte, en colaboración con las delegaciones de las secretarías de Agricultura y Recursos Hidráulicos y Pesca, el INCO ha difundido los beneficios de los huertos familiares y ha alentado el consumo de pescado, respectivamente. De esta manera, en la ciudad de Chihuahua se han establecido cerca de 800 huertos familiares y, asimismo, se espera que los actuales 3.7 kilogramos per cápita de consumo anual de pescado del chihuahuense iguale al menos el consumo promedio nacional que es de 9.3 kilos.

En síntesis, cabe decir que la cercanía con los Estados Unidos ha modificado los hábitos de consumo de los habitantes de la ciudad de Chihuahua, lo que, sumado a la publicidad que inunda a todo el país, hace necesaria la acción del INCO.

TRANSPORTACION AEREA EN CHIHUAHUA

Solamente superado por los aeropuertos de México y Guadalajara, durante 1981 el aeropuerto "General Rodolfo Fierro" de la ciudad de Chihuahua tuvo 50,888 operaciones —es decir, despegues y aterrizajes—, informó el señor Adolfo Martínez Bejarano, jefe de esta terminal aérea.

A la ciudad de Chihuahua únicamente llegan dos líneas comerciales nacionales y ninguna extranjera. En tanto, operan siete compañías que realizan vuelos dentro de la entidad o a puntos cercanos de los estados colindantes.

El señor Martínez Bejarano explicó: *"debido a la orografía de Chihuahua hay lugares accesibles únicamente por aire, o bien se llega más rápido por vía aérea que por tierra. A ello se debe que haya este tipo de vuelos. Sin embargo, en el último mes han bajado las operaciones de las líneas locales; por ejemplo, una compañía tenía en operación 25 avionetas, ahora sólo tiene tres. Todo ha subido y actualmente una hora de vuelo cuesta más de 25 mil pesos".*

Por su parte, el señor Jesús Rodríguez Arias, encargado de Aeroméxico,

apuntó que esta compañía aérea realiza doce operaciones diarias, entre las que se cuentan dos vuelos México-Chihuahua-México.

Añadió que se emplean tres tipos de aviones: el DC 9-10, con capacidad para 85 pasajeros; el DC 9-30, para 115 pasajeros y el Super DC 9-80, para 155 pasajeros. Estos dos últimos se emplean para los viajes de México a Chihuahua y viceversa.

EL INCO SOLUCIONA PROBLEMAS EN GUADALAJARA

Recientemente, en la ciudad de Guadalajara, un grupo de personas organizó un desfile de modas en el Club Osiris de esta localidad. Por este motivo, se pusieron a la venta 850 boletos a un costo de 150 pesos cada uno.

Sin embargo, *"confiando en las dimensiones del local y viendo la demanda por asistir, imprimimos otra partida de boletos"*, apunta la señorita Gabriela Sánchez, representante organizadora. La consecuencia: el día del espectáculo, infinidad de personas, con boleto en mano, se quedaron afuera del club, pues por el sobrecupo les fue imposible entrar.

Al día siguiente, al tener conocimiento de lo ocurrido en el Club Osiris, la delegación del Instituto Nacional del Consumidor se puso en contacto con las organizadoras, a fin de enmendar el daño que sufrieron las personas que no habían podido hacer uso de su boleto.

El licenciado Mario Pizano, delegado del INCO en la entidad,

afirma: *"nos pusimos de acuerdo con la señorita Sánchez en que se publicara un desplegado en los diarios, para que los consumidores afectados pasaran al domicilio de la delegación y, al presentar su boleto, se les regresara el importe del mismo".*

Por último, el licenciado Pizano puntualiza: *"hay que destacar que las organizadoras cooperaron de la mejor manera y comprendieron el error cometido, por lo que desde un principio aceptaron devolver el dinero".*

BEBIDAS REGIONALES VERSUS REFRESCOS

En varias ocasiones hemos insistido en el consumo alternativo de aguas frescas o alguna bebida regional similar, en lugar de los refrescos y líquidos "de escaso contenido alcohólico".

En este sentido, la señora Ruth Rodríguez de Sandoval, residente de Villahermosa, Tabasco, nos hizo llegar una bebida de este estado: el llamado polvillo, que contiene pinole, cacao y canela.

"Esta bebida simplemente se prepara con agua, ya sea caliente o fría, y es una limonada refrescante muy buena. En el caso de Tabasco, por el calor que impera, se puede tomar a cualquier hora".

Ante esto, insistimos en promocionar el consumo de aguas frescas; y si bien es cierto que en ocasiones es difícil de conseguir la materia prima de aquellas excelentes bebidas regionales, habrá que hacer un esfuerzo por localizarlas y consumirlas en casa.

Héctor Bourges: "Sin buena alimentación no hay desarrollo"

Médico cirujano y doctor en nutrición, Héctor Bourges obtuvo recientemente el Premio Nacional de Ciencia y Tecnología de Alimentos. No es éste su primer premio, en una fructífera carrera que incluye la docencia y su puesto actual de jefe de la División de Nutrición Experimental y Ciencia de los Alimentos del Instituto Nacional de la Nutrición Salvador Zubirán. Locuaz, afable, alejado de la solemnidad académica, el doctor Bourges aclara en esta entrevista varios temas que constituyen una de nuestras preocupaciones constantes: la nutrición y el consumo de alimentos.

—Las estadísticas pueden despertar diversas reacciones: indiferencia, estupor, esperanza, tristeza. ¿Qué le sugiere a usted aquella estadística según la cual la mitad de la población mexicana está mal alimentada?

—En primer lugar, me sugiere una reflexión que va más allá de lo estrictamente alimentario: en la medida en que todos los mexicanos no tengamos una alimentación más adecuada, el país no podrá desarrollarse.

—¿Es decir que esa cifra nos coloca más cerca del subdesarrollo que del desarrollo?

—En cierta medida, *sí*. Porque entre aquellos aspectos de nuestro desarrollo que muestran retraso, el de la alimentación sobresale sin lugar a dudas. Y si bien es cierto que tenemos una alimentación inadecuada por problemas económicos, no podremos resolver estos problemas económicos con un pueblo mal alimentado. En otras palabras: queremos que el país se desarrolle, pero al fin y al cabo el país lo formamos personas, y personas subdesarrolladas sólo pueden conformar un país subdesarrollado.

—¿Cuál es, exactamente y en la actualidad, el índice de desnutrición?

—En este punto, hay que dejar muy en claro la mecánica por medio de la cual se obtuvieron las estadísticas; por ejemplo, ese famoso 52 por ciento que muchas veces se atribuye erróneamente a la desnutrición. Estas cifras surgen de estudios especiales realizados en ciertas áreas que se toman como representativas de toda una región, y de allí se extrapolan los datos. Además, por tiempo y por costos, estos estudios no se realizan a diario, de modo que tenemos que algunas de esas estadísticas vienen de hace 25 años, y otras datan de tres o cuatro años. Pues bien, una vez aclarado esto, hay que puntualizar que no es lo mismo desnutrición que mala alimentación. Y al hablar de desnutrición, no es lo mismo hablar de desnutridos como la famosa imagen que tenemos de los niños de Biafra, que de desnutridos en grados más leves. Y nuestros desnutridos, en su mayoría, corresponden a los grados más leves. Pero si hablamos de mala alimentación, nos encontramos con que la mayor parte de la población está mal alimentada. Con esto quiero decir que no come lo que debería, y esto afecta al 80 o al 85 por ciento de todos los mexicanos.

—De todas formas, convendría puntualizar que, dentro de ese porcentaje, algunos comen mal por exceso, y otros muchos por deficiencias... (Ver recuadro)

—Por supuesto. Pero volviendo al tema de la desnutrición: ¿cómo se mide? Existen indicadores que se toman para medirla, indicadores que

se utilizan en todo el mundo y que partieron precisamente de nuestro país. Esos indicadores son las características de la dieta y el crecimiento, que afectan directamente a los llamados grupos vulnerables: niños menores de tres años, y mujeres embarazadas. Pues bien, tomando en cuenta esas pautas, vemos que sólo una tercera parte de la población presenta crecimiento insuficiente con alimentación inadecuada. Están desnutridos, pero no con desnutrición grave, de tercer grado. Aun así, estos desnutridos, y el cuadro general de mal alimentados, conforman un problema serio, que merece la mayor atención y búsqueda de soluciones.

—Los alimentos industrializados ¿ayudan, o no, a la solución de estos problemas?

—Cuando hablamos de alimentos industrializados estamos hablando, en realidad, de tecnología alimentaria, que es algo que va mucho más allá de las latas de conserva. Y le doy un ejemplo: la conservación de alimentos, que es indispensable para que no haya hambre en el mundo. Los alimentos tienden a perderse, ya sea por sus propias tendencias de descomposición, o por la acción de aves, roedores, insectos, microbios. Se sabe que fácilmente se pierde el 30 por ciento de los granos por estas causas, y en frutas y verduras las pérdidas pueden llegar a la mitad de la producción. Entonces, aquí sí se justifica la existencia de toda una industria de la conservación. No sólo se justifica, sino que se requiere perfeccionarla, para asegurar mayor disponibilidad, bajar los precios y depender menos de la producción. No necesitamos producir tanto si conservamos mejor. Por otra parte, es cierto, y es obvio, que el producto industrializado debe ser más caro que el natural. Pero en ciertos alimentos eso también se justifica. Como en el caso de la leche, donde es útil que la hiervan, que la pasteuricen, que la conviertan en queso. O en los embutidos, en las mermeladas que se hacen con fruta excedente. En general, es útil en todos aquellos alimentos que son muy perecederos.

—¿Y en qué casos no se justifica?

—Naturalmente, en todos aquellos alimentos superfluos, como las papas en bolsitas, donde nos están vendiendo un sistema de industrialización muy caro, un empaque muy caro dividendos muy caros y publicidad que no nos sirve para nada. Lo mismo podría decirse de los pastelillos. ¿Esto quiere decir que son malos? No. La papa en bolsita es tan valiosa como cualquier papa, pero junto con ella nos venden sal en exceso, y nos la cobran como oro. El pastelillo no es malo en sí mismo, pero es pobre como pastel, fomenta el consumo excesivo de azúcar refinada, y está desplazando a otros alimentos más baratos y eficientes en términos de nutrición. En general, los productos que favorecen el exceso de sal o de azúcar son muy negativos y lamentablemente allí se está volcando parte de la industria, porque obtiene altos dividendos.

—¿Cuál es la solución?

—En un país de libertades como el nuestro, no se puede ni se debe eliminar estos productos del mercado. Pero hay que estudiar soluciones para cada caso, y utilizar los mecanismos que están al alcance del gobierno. Cuando un producto industrializado como la leche evaporada es bueno, hay que favorecerlo. Cuando es negativo, hay que hacer que sea tan caro como sea necesario para que la gente lo consuma menos. Y, fundamentalmente, reglamentar la publicidad, que resulta decisiva en estos casos. La reglamentación publicitaria se impone en forma muy urgente y drástica.

—Existe actualmente un programa como el SAM, uno de cuyos objetivos es el de mejorar el nivel nutricional de la población, ¿En qué medida se está cumpliento?

—El SAM representa una aspiración largamente deseada por todos los que tenemos que ver con la nutrición. No todos sus planteamientos son correctos, pero la mayoría de ellos son inobjetables. Sin embargo, el SAM no puede solucionar automática o mágicamente nuestros problemas alimentarios, que tienen raíces históricas, económicas y sociales muy complejas y que lleva tiempo solucionar. Se han obtenido éxitos importantes en materia de producción, pero ello no se refleja inmediatamente en la distribución, comercialización y consumo. Por eso, el SAM debe tener larga vida y no depender de los vaivenes sexenales. Es más, yo creo que este gobierno, al haber dado prioridad a la alimentación y al haber creado el SAM, tomó una decisión histórica que yo evalúo como la más importante de los últimos decenios, después de la expropiación petrolera. Lo importante es que todo esto no se malogre.

—¿Es optimista?

—Sí, quiero serlo.

(N.S.)

ASI COMEMOS

De la entrevista con el doctor Bourges fue posible extraer un cuadro donde se expresan los tres tipos de dietas que sigue actualmente nuestra población. Por supuesto, hay que tomar en cuenta que cada uno de estos grupos abarca muchísimas variantes, pero la clasificación resulta válida en términos generales.

Dieta de los grupos marginados: Abarca aproximadamente 30 por ciento de la población, ubicada principalmente en el sur y sureste del país. Consiste en tortilla, frijol y escasas frutas y verduras locales. Incluye muy excepcionalmente el consumo de productos de origen animal (entre 10 y 30 veces al año). Es una dieta insuficiente en cantidad, insuficiente en energía, en hierro, algunas vitaminas y también deficiente en la calidad de las proteínas.

Dieta proletaria: Abarca a la población urbana y ciertas zonas desarrolladas del área rural del noroeste y noreste de la República, fundamentalmente. Esto constituye el 60 por ciento de los mexicanos. La base de la dieta sigue siendo la tortilla, pero ya entra el trigo como una alternativa (con la única ventaja sobre el maíz de que sirve para variar la monotonía), también se incluye un alimento valioso como el arroz, se mantiene el frijol, crece la variedad de frutas y verduras y la ingesta de productos de origen animal. Esta dieta no es la ideal, pero en muchos casos se le acerca. Tiene deficiencias de hierro y algunas vitaminas.

Dieta de clase media y alta: La consume alrededor del 10 por ciento de la población, ubicada en las grandes ciudades; es una dieta muy rica y muy variada. En algunos casos, se presentan errores por exceso: muchos alimentos (lo cual fácilita la obesidad), un exceso de grasas saturadas, de sal y azúcar refinada, y si se ha remplazado el consumo de tortilla y de frijol por otros alimentos, también se presenta una deficiencia de fibra que afecta al funcionamiento intestinal.

FOTO-DENUNCIA

¿Cuándo empezaremos a vivir a la mexicana?

Tal parece que para algunos es una vergüenza ser mexicanos: "Jeans muy ingleses", pollos estilo "Kentucky" y, ahora, un coñac "para vivir a la francesa".

Ya estuvo suave con la publicidad que quiere que modifiquemos nuestros hábitos de consumo. Basta de ponderar lo extranjero como lo mejor. Ya es hora de empezar a vivir a la mexicana.

Consumidor Prevenido Vale por 2

FRUTAS Y VERDURAS: Para que la vitamina dure

Ningún complemento alimenticio puede igualar las ventajas de ingerir vitaminas y minerales naturales. Afortunadamente, en México contamos con una extensa variedad de frutas y verduras que, pletóricas de esos nutrientes, satisfacen todos los gustos. Es precisamente esta temporada del año la que ofrece mayor surtido de esos productos a precios más económicos. El caluroso clima que acorta la vida útil de frutas y verduras no tiene por qué ser un obstáculo para su consumo si sabemos cómo conservarlas adecuadamente.

Todos los métodos para la conservación de vegetales tienen como base su colocación en medios impropios para el desarrollo de gérmenes, impidiendo en consecuencia su descomposición. Enseguida describiremos algunos de los procedimientos más sencillos.

Conservación por frío

En el uso del frío se basan dos de los métodos de conservación temporal más usuales y eficaces: la refrigeración y la congelación, por medio de la cual las frutas y verduras se mantienen en buen estado por un período de uno a cinco meses.

El frío tiene la propiedad de detener la actividad de fermentos y bacterias, de evitar o hacer más lentos los fenómenos vitales de los alimentos y de desnaturalizar en el menor grado posible los productos, conservando las vitaminas en el caso de frutas y verduras.

Refrigeración: Para que este método tenga éxito, en primer lugar debe desecharse la creencia errónea de que el frío mejora los productos averiados. Lo que el frío hace es detener la acción de los microorganismos o hacerla más lenta, pero no la suprime por completo. Si un producto llega con principios de descomposición al refrigerador, sale de él más deteriorado, y al colocarlo nuevamente a la temperatura ordinaria continuará averiándose, ya que los gérmenes se encuentran en un medio más propicio para su desarrollo.

Por otra parte, es necesario saber que no en todos los casos es benéfica la acción de temperaturas bajas. Hay frutos como los plátanos que se dañan fácilmente con el frío.

Además, para que la refrigeración sea una efectiva forma de conservación hay que tener en cuenta algunos aspectos:

+ Todos los productos que van a ser refrigerados deben encontrarse en buen estado.

+ Cada producto requiere temperatura y humedad relativa apropiadas y lo más constantes posibles (ver recuadros).

+ La distribución adecuada de los productos en el refrigerador influye en la efectividad de la conservación.

Congelación: Aunque con este método tampoco se esterilizan los productos, el frío intenso a que se someten paraliza los procesos vitales de los vegetales y la actividad de levaduras, enzimas, hongos y bacterias. Cuando la congelación se hace correctamente se convierte en el método más satisfactorio para la conservación de muchas frutas y verduras, debido a que congeladas retienen su valor nutritivo, además de su olor y sabor característicos.

Secado o deshidratación

Una manera económica de conservar frutas y verduras por mucho tiempo consiste en la eliminación del agua que contienen cuando están frescos y se obtiene a través de su exposición a los rayos solares. Con este sistema los alimentos se conservan hasta por años sin perder sus propiedades.

A nivel doméstico se pueden elaborar secadores con cualquier utensilio plano que pueda hacer las veces de charola, aunque son más convenientes las bandejas que permiten el paso del aire. Estas pueden hacerse con manta de cielo o tela plástica de mosquitero (nunca de metal). La charola con los alimentos se coloca a una altura conveniente

para evitar que se suban los insectos y se cubre con manta de cielo para protegerla de los moscos.

Cualquier fruta o verdura puede conservarse por este método, solamente hay que conocer algunos secretos para asegurar el éxito:

- Los alimentos deben estar en buen estado y maduros. Nunca deben secarse alimentos manchados, magullados o pasados.
- Los secadores deben estar completamente limpios para evitar contaminaciones.
- Los alimentos deben lavarse muy bien y cortarse en rebanadas delgadas —todas del mismo grueso— para que se sequen rápido y uniformemente.
- Los alimentos como el chabacano, el durazno, la papa y otros, que se ponen negros con el aire, deben ponerse en agua con jugo de limón.
- En el caso de frutos que se ponen a secar enteros —como las ciruelas o los higos— conviene romperles ligeramente la cáscara para que les salga un poco de jugo.
- Las verduras, después de rebanadas, deben ponerse al vapor a hervirse durante unos minutos.
- En el secador los alimentos no deben quedar encimados; es necesario que haya espacio entre unos y otros.
- Las yerbas de olor o medicinales se colocan separadas en el secador, o se aglutinan en manojos y se meten de cabeza en bolsas de papel con agujeros, colgándolas en un lugar caliente y ventilado.
- Ya secos, los alimentos se guardan en frascos de vidrio o en bolsas de plástico.
- Las frutas pueden comerse secas o prepararse en dulce, para ello deben hervirse en proporción de una tasa de fruta por media de agua caliente.
- Las verduras deben remojarse para que se rehidraten.

Mermeladas y jaleas

Son otras dos maneras de alargar la vida de las frutas, a través de la conservación con azúcar. Casi cualquier tipo de fruta sirve para hacer mermelada y los ingredientes, en general, son: dos tazas de azúcar y dos de agua por cada kilo de fruta.

El procedimiento para elaborar **mermeladas** es sencillo: la fruta se lava, se pela y se pica hasta formar una pulpa que se mezcla con azúcar (de 500 a 800 gramos por cada kilo de fruta, dependiendo de su madurez). Se pone al fuego moviendo constantemente para evitar que se pegue. Cuando está a punto de cortina se retira del fuego y se envasa en frascos previamente esterilizados (la purificación se hace sometiéndolos a baño maría con la boca hacia abajo durante 20 minutos). Una vez llenos se les limpia el borde con un lienzo también esterilizado, se tapan y se voltean de cinco a ocho minutos para formar vacío; se aprietan las tapas, se dejan enfriar y se etiquetan, guardándolos en un lugar fresco, seco y oscuro.

Como puede verse, es muy simple la elaboración de mermeladas caseras. No está de más, sin embargo, recordar algunas otras cosas:

- Si las conservas se elaboran con poca azúcar corren el peligro de enlamarse o pudrirse fácilmente.

TIEMPO APROXIMADO DE VIDA UTIL DE FRUTAS Y VERDURAS EN ESTADO DE CONGELACION

Berenjena a granel	10 a 14 días
Calabaza tierna	10 a 14 días
Cereza	10 a 14 días
Col o repollo	7 a 10 días
Espinacas	10 a 14 días
Frambuesa	7 a 10 días
Fresa	7 a 10 días
Hongo cultivado	2 a 3 días
Jitomate maduro	7 a 10 días
Zanahoria a granel	10 a 14 días
Zarzamora	7 a 10 días

Aceituna fresca	4 a 6 semanas
Ajo seco	6 a 8 semanas
Ciruela	3 a 6 semanas
Col de bruselas	2 a 3 semanas
Chabacano	3 a 4 semanas
Chícharo verde	1 a 2 semanas
Chile verde	4 a 6 semanas
Durazno	2 a 4 semanas
Ejote	2 a 4 semanas
Espárrago	3 a 4 semanas
Jitomate sazón	3 a 5 semanas
Lechuga	2 a 3 semanas
Limón mexicano	6 a 8 semanas
Naranja	8 a 10 semanas
Piña verde	2 a 4 semanas
Sandía	2 a 4 semanas
Toronja	6 a 8 semanas

Aguacate	1 a 3 meses
Alcachofa	2 a 5 meses
Apio	2 a 4 meses
Arándano	1 a 3 meses
Betabel sin hojas	1 a 3 meses
Brócoli	6 a 8 meses
Calabaza de castilla	2 a 6 meses
Camote	2 a 6 meses
Cebolla	4 a 6 meses
Cebollita reina	6 a 8 meses
Coco	1 a 2 meses
Frutas secas	9 a 12 meses
Limón italiano	1 a 4 meses
Membrillo	2 a 3 meses
Nabo	4 a 5 meses
Nuez	8 a 12 meses
Rábano	2 a 4 meses
Uvas	3 a 6 meses
Zanahoria sin hojas	4 a 5 meses

Fuente: Departamento de Industrias Agrícolas, Secretaría de Agricultura y Ganadería.

● Las frutas utilizadas deben estar maduras, pero sin exagerar.

● Cuando la fruta es muy jugosa no se le pone agua o se le añade en muy poca cantidad.

● Las frutas suaves como la guayaba deben ponerse a la lumbre con el agua y el azúcar desde el principio. Las frutas duras como el durazno tienen que cocerse previamente para que se ablanden.

● Las mermeladas de frutas cítricas deben hacerse con todo y cáscara.

● Puede usarse azúcar blanca o morena indistintamente. Con azúcar blanca la mermelada es más transparente; con azúcar morena queda un poco más oscura, pero su calidad es la misma.

Para preparar **jaleas** conviene usar fruta fresca. No debe utilizarse fruta verde porque tiene menos jugo y poco sabor. Las frutas más adecuadas para preparar jalea son: manzana rayada o agria, perón, membrillo, uva concord, ciruela roja, zarzamora, frambuesa, tejocote y limón.

Para su preparación se extrae el jugo de un kilo de fruta y se pone al fuego hasta que hierva. Se baja la flama y se agrega media taza de azúcar por cada taza de jugo, revolviendo hasta que se disuelva. Se retira y se envasa de la misma manera que la mermelada.

Verduras en vinagre

Se conservan por mucho tiempo y son una sabrosa y nutritiva botana. Para prepararlas se utilizan ocho tazas de verdura y cuatro de vinagre, dos tazas de agua, dos cucharaditas de azúcar, ocho dientes de ajo, yerbas de olor y pimienta en grano. Se lavan muy bien las verduras y se parten en tiras, ruedas o cuadros. En un recipiente se pone vinagre con sal y agua y en otro se hierven durante tres o cuatro minutos el azúcar y las yerbas de olor. Si se añade chile debe hacerse a cada uno un corte en forma de cruz en la punta. Posteriormente en un frasco seco y esterilizado se ponen las verduras mezcladas, agregando el ajo y la pimienta. Inmediatamente después se vacía el vinagre hirviendo hasta cubrir las verduras y se tapa después de limpiar el borde.

Con cualquiera de los métodos mencionados es posible gozar de frutas y verduras en cualquier época. Sólo hay que tomar en cuenta unas últimas recomendaciones para que el deleite sea completo:

+ No importa que la fruta o verdura que se vaya a usar sea chica o grande. Lo indispensable es que sea de buena calidad, que no esté maltratada.

● Hay que poner atención en que no tenga golpes o rajaduras para evitar que se descomponga rápidamente.

● Siempre es aconsejable lavar las frutas recién compradas para evitar los daños que pueden causarles hongos y bacterias.

● Si usted está interesado en profundizar más en las técnicas de conservación de frutas y verduras, puede acudir a la Comisión Nacional de Fruticultura (CONAFRUT) donde se imparten cursos de aprovechamiento e industrialización de frutas y hortalizas a nivel doméstico. La dirección es: kilómetro 14 y medio de la carretera México-Toluca.

(Yolanda Tovar Nieves)

Trato limpio a usuarios de tintorerías

Los abusos de las tintorerías, que parecían no tener límite, han encontrado por fin un dique en su voraz carrera: a partir de marzo pasado, la Dirección General de Normas Comerciales (DGNC) de la Secretaría de Comercio se abocó más estrechamente a la supervisión de estos giros comerciales para eliminar la publicidad engañosa e impedir que las notas de remisión incluyan condiciones atentatorias de los derechos de los consumidores.

"Me urgía tener un traje limpio, por eso acudí a una tintorería que anunciaba 'su ropa limpia en 39 minutos'. Cuando ya había dejado mis prendas me salieron con que tardarían dos días en estar listas".

"Llevé la mayoría de mi ropa a la tintorería y me la perdieron; ahora me quieren indemnizar con sólo 1 000 pesos, dizque porque yo ya había aceptado sus condiciones al momento de recibir la nota".

Quejas como éstas, procedentes de decenas de consumidores, se han sucedido durante mucho tiempo debido a la conducta arbitraria de muchos de los prestadores de este servicio.

Las transgresiones son de varios tipos: a veces consisten en una falta de información veraz y suficiente de la empresa a los consumidores (violación del artículo 5 de la Ley Federal de Protección al Consumidor). Esto tiene como consecuencia que no se otorgue el servicio en los términos que promete la publicidad (artículo 19), pues en realidad los 39 minutos corresponden al tiempo en que la empresa realiza el lavado de la prenda, más no es lo que tarda en ser entregada al cliente.

En cuanto a apartados ilegales en las notas de remisión, los inspectores de la Secretaría de Comercio llegaron a comprobar que prácticamente el 100 por ciento de las tintorerías los ha incluido en perjuicio de los consumidores.

Por un lado cuando se estipulan de antemano las indemnizaciones que las empresas deberán de pagar en caso de deterioro o pérdida de las prendas, contraviniendo el artículo 41 de la citada ley, donde se indica que el derecho a la indemnización no podrá ser limitado por pacto entre las partes.

Por otra parte, cuando hay leyendas que indiquen ideas similares a: "el cliente renuncia expresamente a los artículos de la ley que lo protegen", violando la LFPC, cuyas disposiciones son irrenunciables por los consumidores.

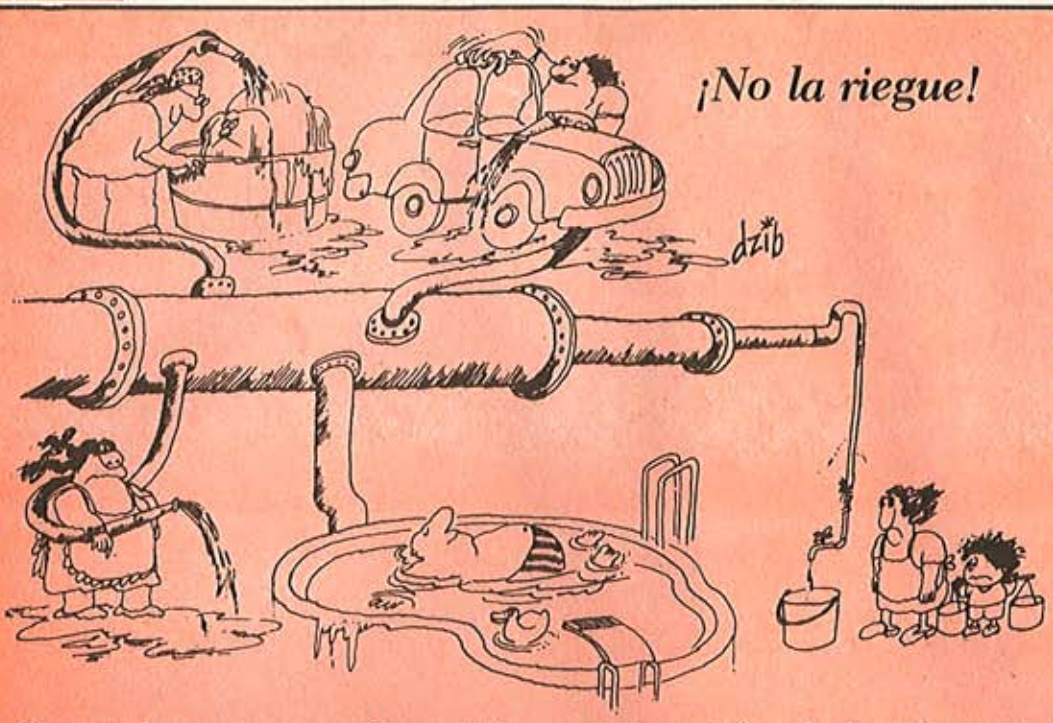
Ante estos abusos recurrentes, la Dirección General de Normas Comerciales conminó a las tintorerías a:

— suprimir de sus notas de remisión las condiciones violatorias a las disposiciones legales.

— eliminar de su publicidad y notas la leyenda "su ropa limpia en 39 minutos" o bien entregar la ropa limpia en ese lapso o especificar que los 39 minutos son el tiempo de lavado, mas no el de entrega.

El plazo para cumplir con estas disposiciones culminó en mayo y su inobservancia dará lugar a sanciones que pueden ser: multa hasta por 100 mil pesos, clausura temporal y arresto administrativo.

(Información: Dirección General de Normas Comerciales de la SECOM)



Una gota de agua que cae durante 24 horas sería suficiente para dar de beber a 17 vacas en un día o satisfacer las necesidades de 180 personas en un día.

Una gota de agua que cae durante tres meses ayudaría a producir alimentos para que viva un hombre durante un año entero.

Y sin embargo, mientras usted lee estas líneas, en miles —tal vez en millones— de hogares se permite la existencia de infinidad de fugas de agua por las que, gota a gota, se va escapando la vida.

Probablemente parezca exageración, pero recordemos por un momento que esa agua potable que desperdiciamos sería vital para muchos compatriotas minados por enfermedades de origen hídrico.

Las estadísticas indican que en nuestro país más del 50 por ciento de la población carece del servicio de agua potable y el 75 por ciento no dispone de drenaje, de lo que resulta que un total de 55 mil comunidades beben aguas de arroyos, charcas y fuentes contaminantes. Y no olvidemos que las enfermedades transmisibles asociadas con un abastecimiento de agua y saneamiento inadecuados constituyen la segunda causa de mortalidad en México.

Entonces ¿por qué no reparar cuanto antes esa fuga de agua con la que hemos convivido durante meses? Con sencillos métodos que aquí mencionaremos se pueden detectar y arreglar fugas de agua en instalaciones caseras.

Los goteos constantes, la humedad en paredes y pisos, así como el zumbido en las tuberías son indicios de fugas de agua. Una vez localizadas deben ser corregidas de inmediato.

REPARACION DE FUGAS DE AGUA

En el inodoro

• Para saber si el inodoro tiene una fuga hay que poner un colorante en el tanque del mismo; si el colorante aparece en la taza sin que se haya jalado previamente la palanca, es seguro que hay un escape de líquido. Cuando esto sucede, hay que cambiar el cable o lazo que va de la palanca al mecanismo de desagüe.

• Cuando el problema es la pera de cierre del depósito, se recomienda el cambio de la misma.

• Si el problema está en la válvula para abrir y cerrar la descarga de agua (por desgaste del émbolo que ahí se encuentra), casi siempre puede arreglarse doblando un poco hacia abajo el brazo del flotador para aumentar su presión sobre la válvula.

• En el caso de que la fuga se encuentre en la unión del depósito de agua con la tubería (se nota porque el agua corre en el piso), lo más probable es que se deba a que la taza se ha movido de su sitio, ya sea por el uso diario o porque se le aplicó un peso excesivo. Este desperfecto se corrige aflojando la tuerca de unión y colocando pintura de esmalte o hilo grafitado en la rosca del tubo y apretando de nuevo.

• Cuando el flotador ya no detiene el paso del agua (literalmente ya no flota y deja salir el líquido constantemente) puede deberse a que está picado (cuando es metálico) y se llena de agua, pesando más de lo debido. O bien, cuando es de plástico es probable que haya un desajuste en la barra donde va colocado. En ambos casos es necesario cambiarlo.

En las llaves (lavabo, fregadero):

Para corregir el goteo constante de cualquier llave se recomienda el cambio de empaque de las válvulas, utilizando una llave "stilsson" y un desarmador.

Los empaques se consiguen en cualquier tlapalería y son todos de la misma medida. Los siguientes pasos son: cerrar la llave de paso, desarmar la llave que se va a reparar, secar el empaque que aparece al levantarse la parte de arriba de la llave y substituirlo por uno nuevo. (Ver Revista del Consumidor No. 57).

En los tinacos. Estos depósitos de agua pueden tener dos tipos de fuga:

Las provocadas por el desgaste de la válvula de cierre (que va al extremo contrario del flotador), que hacen que el agua se desborde por la parte superior del depósito,y las que se presentan en el tubo de salida del agua.

En el primer caso se debe doblar con cuidado el brazo del flotador hacia abajo. Si esto no es suficiente, hay que cambiar la tuerca de ajuste de la válvula.

La fuga en el tubo de salida de agua (del tinaco a la tubería) se corrige aflojando la tuerca que une al tinaco con dicho tubo y aplicando pintura de esmalte o hilo grafitado alrededor de la rosca del tubo para sellar cualquier fuga.

En el medidor:

Cuando la fuga se localiza en el medidor, se debe reportar cuanto antes el desperfecto al organismo operador del sistema de agua potable, ya que está prohibida la intervención de los usuarios en los medidores.

(Información: Promotores Voluntarios de SAHOP)

aeroméxico informa

Si va a viajar en avión recuerde:

Reservar con anticipación. *Asegure su lugar con ocho días hábiles de margen si viaja entre semana, 10 si es fin de semana normal, un mes si es fin de semana vacacional y por lo menos 90 días si viaja en temporada alta, como Semana Santa o navidad.*

Revisar sus documentos. *No lo deje al azar o a la buena voluntad de su agencia de viajes. Cerciórese de contar con los documentos necesarios para identificarse y en caso de hacer un vuelo internacional cerciórese de que tanto sus documentos para salir del país como los necesarios para ingresar al lugar que visita estén en regla.*

Llegar a tiempo al aeropuerto. *El margen ideal es de una hora antes de la salida del avión.*

Identificar su equipaje. *Todas las piezas que usted lleva consigo deben estar marcadas con sus datos personales: nombre, dirección, teléfono. Si sus maletas no tienen etiqueta para esto, solicítelas en el mostrador de la aerolínea.*

Cocinando con el SAM

Para tener una alimentación completa no es necesario recurrir siempre a las mismas fuentes. Las proteínas no tienen por qué tomarse siempre de la carne de res; asimismo, las vitaminas y minerales no se obtienen unicamente de las frutas; hay también alimentos tradicionales como la flor de calabaza, el huazontle, los romeritos y los nopales, que nos proporcionan nutrientes de este grupo a bajo precio.

Este menú para un día completo incluye en cada comida elementos de los tres grupos indispensables para una buena alimentación: energías (E), proteínas (P) y vitaminas y minerales (VyM). Su costo, para una familia de seis personas, es de 222 pesos.

Desayuno: tortilla de huevo a la española con salsa y jugo de naranja.

La tortilla a la española no es solamente huevo revuelto con papa; tiene su secreto: la leche que sirve para esponjar la tortilla. Para hacerla se baten muy bien los huevos con la leche, mientras por otro lado se pone a calentar un sartén de mediano tamaño. Ya que está caliente se agregan 4 cucharadas de aceite y se añaden los huevos batidos y la papa cocida y picada. Cuando la parte de abajo ya se ha dorado, se voltea hasta que se dore por la otra superficie. Se corta en rebanadas y se sirve acompañada de una salsa (conviene primero asar el jitomate y el chile y después licuar con el ajo, la cebolla y sazonar con sal y cilantro picado).

Comida: Filete de pescado al horno con rodajas de papa y espinacas, arroz blanco y agua de melón.

Si adquiere el pescado congelado, páselo a la parte baja del refrigerador desde temprano por la mañana. Con dos horas de anticipación a la comida prepárelo con sal, ajo y pimienta, además de un chorrito de aceite, y déjelo impregnarse por 30 minutos. Después ponga a calentar el horno a 200°C.

Mientras tanto embarre de aceite un refractario y ponga una capa de papas en rebanadas muy finas, después una capa de filete y otra de espinacas finamente picadas. Termine con otra capa de papas. Rocíe un chorrito más de aceite y meta al horno a 180°C por 40 minutos aproximadamente hasta que el pescado y la papa estén suaves. De vez en cuando rocíe el guiso con el propio jugo que va soltando para que no se reseque. Si le gusta la comida picante puede agregarle algunos chiles "güeros".

Cena: Nopalitos con pollo acompañados de tortillas y café.

Se licuan los chiles con la leche y la cebolla y la salsa que resulta se sazona con sal y pimienta. En un refractario se coloca el pollo deshebrado y los nopales cortados en cuadritos y se bañan con la salsa. Se agrega queso rallado y se hornea a 190°C por 20 minutos.

Ingredientes		
Desayuno		
(P)	6 huevos	$ 12.00
(E)	1 papa grande	3.00
(P)	1/4 de litro de leche	3.65
(VyM)	1 jitomate mediano	5.00
(VyM)	1/2 cebolla chica	1.00
(VyM)	1 diente de ajo y cilantro	5.00
(VyM)	12 naranjas	16.00
		45.65
Comida		
(P)	6 filetes de pescado de "El Pescador"	61.00
(VyM)	2 manojos de espinacas	18.00
(E)	1 taza de arroz	5.50
(VyM)	1/2 melón grande	10.00
		94.50
Cena:		
(P)	1/4 de kg. de pechuga de pollo	40.00
(VyM)	12 nopales	12.00
(VyM)	3 chiles poblanos	10.00
(P)	1 vaso de leche	2.40
(P)	150 gramos de queso añejo	15.00
(E)	12 tortillas	2.10
		81.50

(Precios al 5 de mayo de 1982)

YO CONSUMIDORA

POR MARGARITA ISABEL

NO HAY NADA, NADA, NADA, NADA, casi nada para la televidente, sobre todo los domingos. Es que nosotras no disfrutamos con las trompadas del futbol, ni con las patadas del box, ni con los aparatosos choques de las carreras de autos, ni gozamos de un partido de tenis televisado, porque con eso de que desde niñas los deportes son más para los hombrecitos porque ellos han de ser fuertes y nosotras sólo bonitas...

Claro, entre semana abundan los programas de televisión que nos enseñan a poner en el párpado la sombra morada, a tejer chambritas amarillas, a vestir de negro en el próximo "cocktail" y a soñar a través de la telenovela con el príncipe azul; pero ésos no son programas femeninos a todo color, sino descoloridas transmisiones feminoides. Y como ya sabemos: salpicados de anuncios, la medicina que hay que tragar a fuerza para que papá televisor nos siga contando el cuento.

Ahora que, lo que sea de cada quien, el otro domingo tuve el gusto de ver en la tele un programa que sí ofrece mucho para la mujer, se llama Para Gente Grande y no se refiere a la edad sino a las ganas que tenemos de madurar a través de la observación, el análisis, el cuestionamiento; de entender lo que pasa dentro y fuera de cada uno. Es la alternativa dominguera para la mujer, que como dijo Sor Juana, ya quiere poner bellezas en su entendimiento y no su entendimiento en las bellezas.

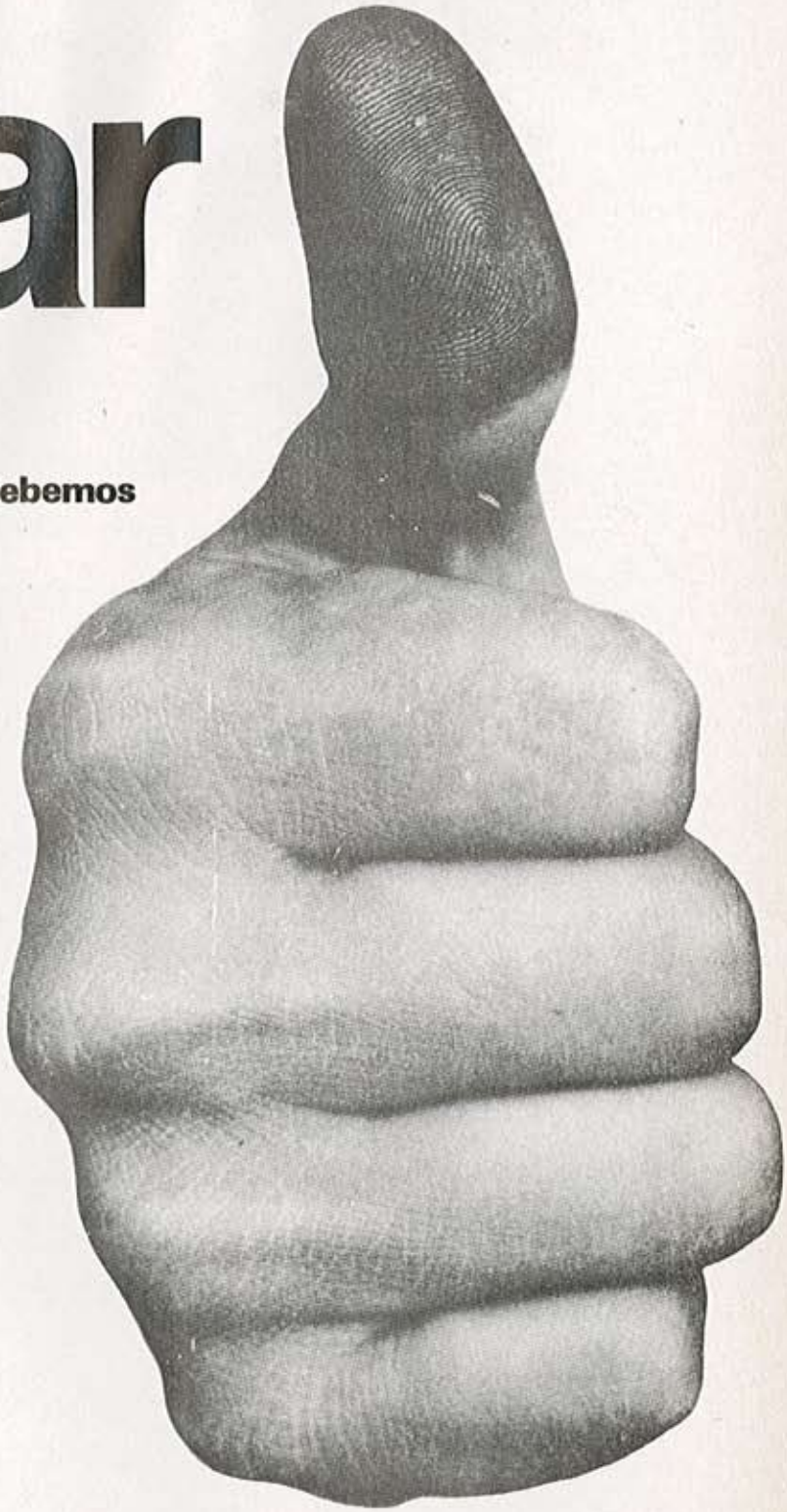
Por ejemplo, Ricardo Rocha conversa con Guillermo Echeverría, el campeón de natación que sufrió un grave accidente y rompe la pregunta convencional pero evita el amarillismo, color predilecto de tantos comentaristas, cuya necesidad de llamar la atención como sustituto del talento los llevaría a detallar morbosamente el accidente del deportista más que la forma viril en que éste venció al percance. Sólo un diálogo entre Rocha y Echeverría me sembró el murmullito de valor, no para seguir soportando, sino para seguir enfrentando los pequeños accidentes sociales que nos van invalidando hora a hora.

Y luego Alberto Domingo habló del niño, pero en serio, porque no me hizo pensar en aquel cuyo mundo gira alrededor del osito panda, sino en el otro, en cualquiera, que vale más que millones de panditas y jamás probará la millonésima suerte que tiene ese animal, porque solamente es un animal, aunque valga millones de pesos.

Después se presentó un reportaje poético sobre la tortuga; filosofía sencilla, un poco de nuestra historia a través de su historia, producción creativa, lenguaje claro para entender un poco el por qué del caparazón debajo del que cada quien se esconde. Luego, hablando del cigarro, nos recordaron a los fumadores cómo vamos perdiendo el respeto los unos por los otros; me acordé de cómo el individualismo nos va dejando solos. Pensé que el cigarro puede ser un instrumento mortal de resignación para la soledad. Pensé: por la misma ventanita por donde se asoman a insistirnos en comprar tabaco, nos invitan ahora a pensar en por qué no comprarlo; pensé muchas cosas cuando vi el programa y también sentí. Sentí deseos de crecer, de llegar a ser gente grande y creo que todas las que lo vieron pensaron, diferentes cosas, pero pensaron...

Este programa dominical sí es para mujeres porque sólo tiene tres cortes comerciales y les agradecemos que al menos durante 51 minutos a la semana no traten a las televidentes como objetos hechos para consumir y ser consumidos; el programa no está hecho para hacernos comprar sino para hacernos pensar, porque en esta emisión sí tratan a los televidentes, hombres y mujeres, como gente grande.

votar



Para exigir y quejarnos, antes debemos hacernos presentes.

Votar es opinar.

Votar es participar.

Votar es elegir.

Dejemos de soñar, es tiempo de votar

INSTITUTO NACIONAL DEL CONSUMIDOR

EL ANTICOMERCIAL DEL MES

Un platillo que no satisface

Quizás usted ya vio este comercial y no le llamó la atención.
Quizás lo descubre ahora, y tal como nos sucedió a nosotros, decide reflexionar un poco sobre este nuevo producto, y la forma en que lo anuncian. Por ejemplo:

¿Por qué hay que agregarle medio kilo de carne si, al mismo tiempo, nos están diciendo que "los nuevos platillos Knorr ya contienen todos **los ingredientes necesarios"?**

¿Por qué calificar como el "platillo principal" a un producto que necesita, por lo menos, complementarse con carne? ¿Es alimento o sazonador?

¿Por qué se muestra en el anuncio la imagen de un platillo acompañado de jitomate y lechuga naturales? ¿Se nos quiere dar la idea de que estos alimentos salen mágicamente del polvo que contiene el sobre?

Y por último: ¿este producto es más nutritivo o más barato que un guisado casero?
Por lo visto, muchas preguntas. Y un comercial que no proporciona ninguna respuesta.

el brinco

Coordinación: Teófilo Huerta M.

No. 6
junio 82

Da un brinco de los refrescos a las aguas

¿Qué le pedirías al nuevo presidente?

Los papás hablan en su día

Anota un gol en conocimientos

Por Marilupe Pacheco

Los papás opinan

Como en este mes se celebra el día del padre, Laura, Liliana, Cristina y Erick fuimos a visitar a varios papás y les preguntamos qué les gustaría que les regalaran en su día y qué significa ser papá.

Después de brincar de casa en casa, encontramos las siguientes respuestas:

"A mí me gustaría que mis hijos me regalaran amor. Ser papá es dar amor, cariño y protección a mis hijos". Juan Carlos Martínez.

"Yo quiero que mis hijos me regalen cariño. Ser padre es una enorme responsabilidad". Jalisco Hernández Ramírez.

"Que me regalen cariño y buenas calificaciones". José Luis Jiménez.

"Yo lo único que necesito es cariño y como padre tengo el deber de educar y enseñar a mis hijos". Martín Sánchez.

"A mí me gustaría que me regalaran amor, pues yo por mi parte les doy afecto a mis hijos". Roberto Hernández.

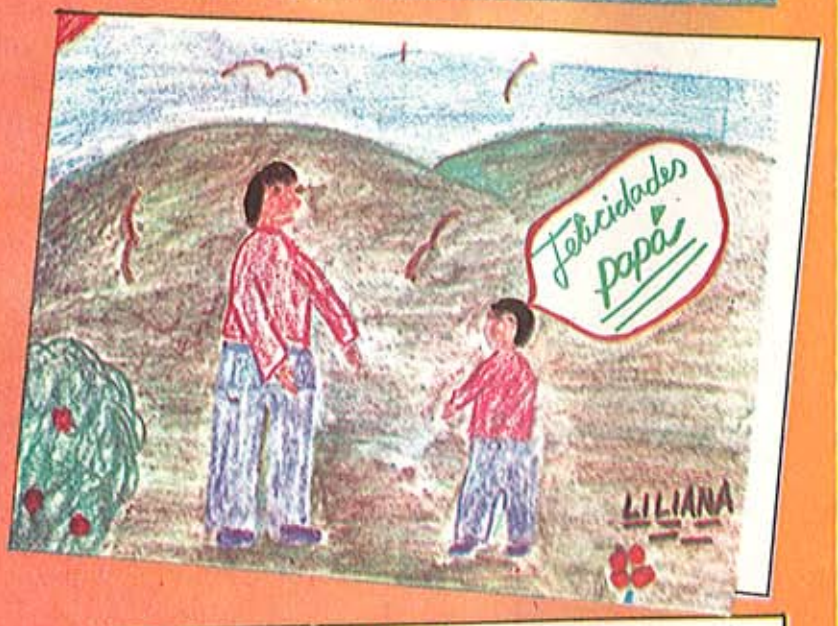
"Yo no quiero que me regalen nada en especial y como padre tengo el deber de transmitir mis experiencias a mis hijos". Gustavo Gadiego.

Yo quiero que en este día estén conmigo porque me da mucho gusto ser padre". Víctor Absalón.

"A mí que me regalen cariño. Opino que ser padre es ser el responsable de la familia". Julián P. González.

"Que mis hijos me regalen cariño. Ser papá es muy difícil por la responsabilidad tan grande que implica". Alfredo Peña.

Ya lo sabes, los papás también piden afecto. Que ese sea tu regalo este mes y siempre.



Por Tía Lucha y Tío Pepe

Un instrumento divertido

El instrumento de percusión que esta vez queremos presentarte es fácil de construir y divertido de tocar. Se trata del pandero.

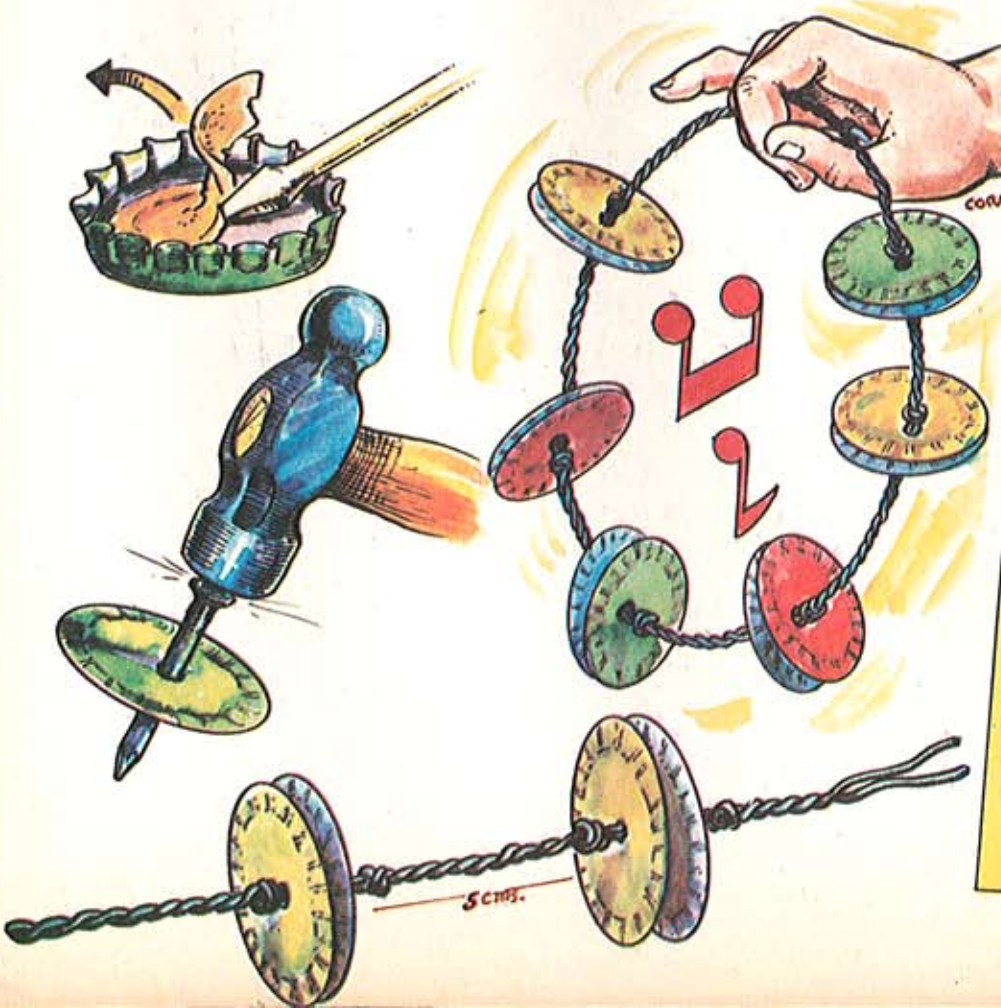
El pandero nació en Oriente entre los siglos XII y XIII y es un aro pequeño cubierto por un lado con una membrana de piel. Parece la tapa de un tambor, pero en el aro hay agujeros donde se colocan unos círculos de metal llamados sonajas, las cuales suenan agradablemente al sacudirlo o golpearlo.

Sin embargo, el pandero que aquí proponemos es mucho más sencillo y por tanto más fácil de hacer. Bastará con un poco más de un metro de alambre y unas cuantas corcholatas que se pueden recoger en las tiendas.

A las corcholatas hay que quitarles el corcho o plástico y después golpearlas con un martillo o una piedra hasta dejarlas bien planas; enseguida, con un clavo, hay que hacerles un hoyo en el centro.

Por su parte, el alambre hay que, doblarlo a la mitad e ir enrrollando o torciendo sus dos partes. Después de unos cinco centímetros torcemos dos veces el alambre, ensartamos dos corcholatas (por la parte que viene sin torcer) y volvemos a torcer dos veces; seguimos torciendo sencillo otros cinco centímetros y así sucesivamente, doblando al final los extremos del alambre para formar un aro.

Ya está listo tu instrumento, ahora sacúdelo rítmicamente al compás de esta canción y otras que te gusten.



Canción del Día del Padre

Papá, en vez de regalarte,
en tu día queremos disfrutarte.
Papá hoy vamos a estar juntos
descansa y olvida tus asuntos.

Así como este día
en que estamos contigo
queremos siempre seas,
papá, el mejor amigo.

No tiene caso ahora
hacerte un regalo,
tendríamos que pedirte
para poder comprarlo.

Lo único que te podemos dar
es cariño verdadero y sin igual.

Goles informativos

Por José Luis Carrasco

En el Mundial de Futbol "España 82", participará un mayor número de países que en años anteriores. Ahora serán 24 en vez de 16.

El campeonato es una excelente oportunidad para reforzar la amistad y cooperación entre los pueblos. Sin embargo, cada vez existen más intereses comerciales. La TV y la radio aprovechan el futbol para anunciar artículos deportivos y otros que nada tienen que ver con el deporte, como las frituras, las bebidas y los cigarros.

¿Acaso no sería mejor que en la transmisión de cada partido se dieran a conocer datos interesantes sobre los países competidores?

Así podríamos saber, por ejemplo, que **Camerún** se encuentra en el Golfo de Guinea, en el Africa Central, y sus principales industrias son la conservación de carnes, la fabricación de hilados y tejidos de algodón así como de artículos de aluminio. También nos enteraríamos que **Argelia** está situada al norte de Africa, entre Marruecos y Túnez. Produce tabaco, algodón, olivo, lino, cebada, avena, higo, trigo y dátiles. Cuenta con industria manufacturera de alfombras, tapices y de objetos de cerámica y joyería.

¿Y **Kuwait**? Está en la península arábiga, en la costa noroeste del Golfo Pérsico, entre Irak y Arabia Saudita. Es un país independiente desde 1961 y sus actividades principales son la extracción del petróleo y la pesca de perlas.

Tú mismo puedes hacer una lista con los países que compiten y buscar datos que te interesen sobre su historia y costumbres.

Así podrás seguir los partidos del Mundial y aprender cosas nuevas.

¿Qué es y a dónde va?

Por Teresita Vargas

¿Sabes qué es?
Es blanca y líquida
y la puedes beber.
Las mamás la tienen
para sus bebés,
a los que protege
contra muchas enfermedades.
Es vital también para los niños
y buena a cualquier edad.
¿De dónde viene?
La tienen las vacas.
¿Y qué hace?
Es indispensable para
el crecimiento del cuerpo
porque tiene proteínas que
forman los músculos y tejidos;
Vitamina B que ayuda a
aprender y a atender mejor
y Calcio, que ayuda a formar
los huesos.
Además, ¿sabes qué?
Un litro de ella es mejor
que una lata de refresco
y te alimenta mucho más.
¿Cómo la puedes tomar?
Con huevo en un licuado,
con fresas, plátano o chocolate,
con pan o sola si prefieres.
Tres vasos diarios de ella
te darán salud y fuerza.
¿Adivinaste ya?
Claro está, ¡LA LECHE!

Enrique

EL NIÑO Y EL AHORRO

Por Mary Name

Una y mil veces nos han dicho que el ahorro es necesario. Que hay que guardar dinero por si hay una emergencia, o por si se nos ocurre gastar en algo que nos guste mucho.

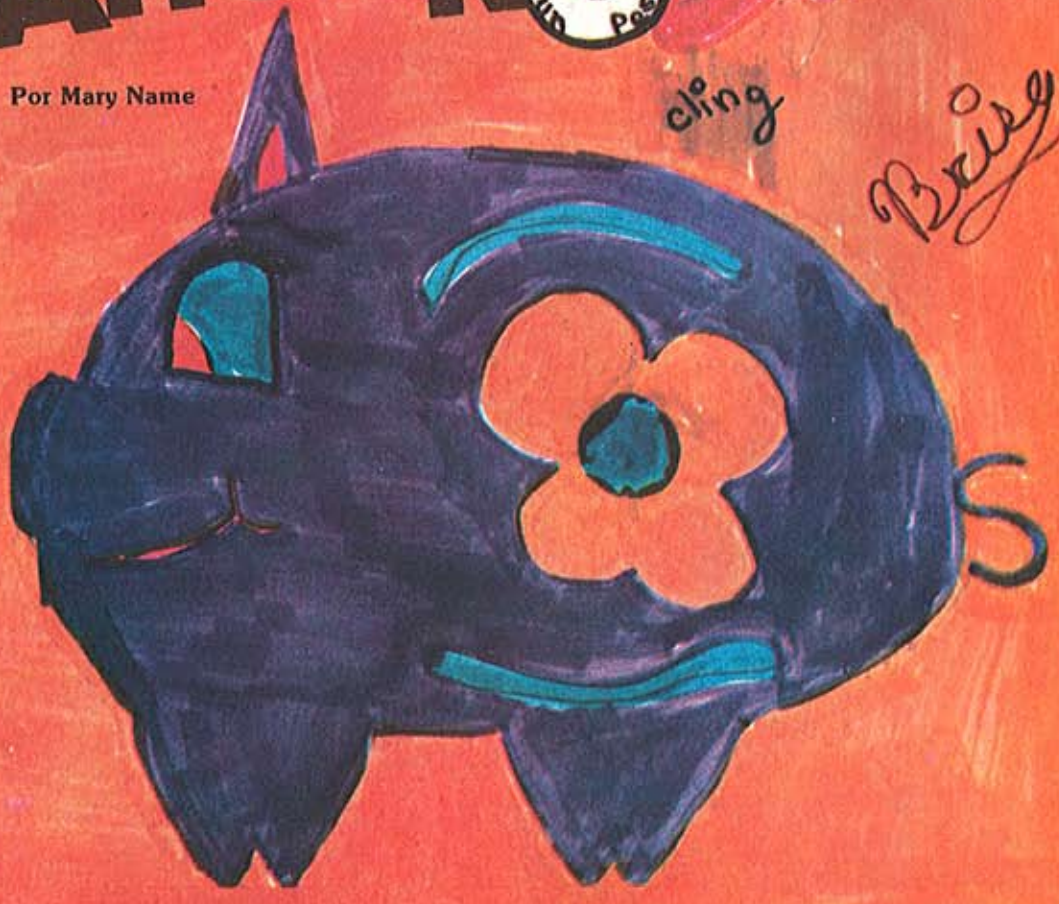
Lo que hay que tener en cuenta es que ahorrar no consiste en guardar para luego derrochar. De lo que se trata es que, por ejemplo, con tu dinero guardado completes para pagar los gastos de tu campamento, o para adquirir algo interesante como un libro, el boleto de un concierto de música o un juguete.

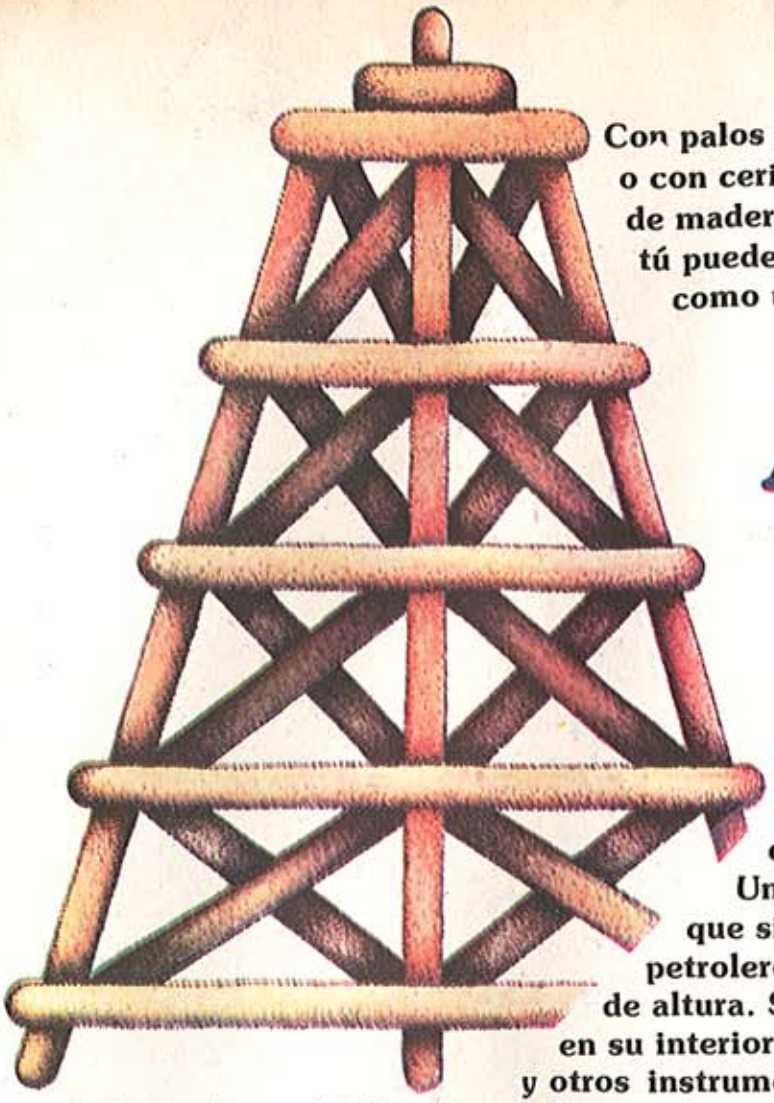
Otras formas de ahorro son no tirar agua ni usar más de la que se necesita. No gastar en muchas golosinas que no alimentan pero que sí cuestan caras. No dejar arrumbada una camisa porque le falten botones, sino comprarle unos y seguirla usando.

De la misma manera, tú puedes forrar tus libros para que después le sirvan a tu hermanito. O puedes hacer que tu mochila dure más si no la arrastras y también puedes evitar comprar lápices a cada rato si no los muerdes y los destruyes, ni les sacas a cada rato punta sólo por diversión.

Si te das cuenta, puedes ahorrar en todo lo que a diario utilizas si lo aprovechas adecuadamente. Con el paso del tiempo descubrirás que esto es importante.

Recuerda que "no ahorra el que ahorra dinero por ahorrar, sino el que no gasta por gastar".





Con palos de paleta
o con cerillos
de madera usados,
tú puedes construir muchas cosas a escala,
como una pequeña torre de petróleo.

Así se hace una torre de petróleo

Pero antes de hacerla, ¿sabes para qué sirve una torre de petróleo?
Una torre es como una gran herramienta que sirve para hacer la perforación de un pozo petrolero. Mide aproximadamente 40 metros de altura. Su estructura es de hierro y en su interior existen cables, ganchos, mangueras y otros instrumentos mediante los cuales una tubería puede perforar el subsuelo y así sacar el preciado líquido negro.
En México existen 212 equipos de perforación, cada uno con su torre. Los equipos no siempre están fijos, ya que se llevan a diferentes sitios donde hay petróleo. Para ello las torres se transportan desarmadas en tres partes.
A principios de siglo, las torres eran de madera, material que ahora tú emplearás para hacer la pequeña torre.
Sólo necesitas unos 30 palos de paleta, pegamento e ingenio, pues tú mismo le puedes dar una forma especial a tu torre. Para que te des idea ve la ilustración de esta nota.
Es importante que la colocación de los trozos de madera sea oblicua, para lo cual resulta útil hacer una plantilla de papel para que todos los ángulos de la pirámide sean iguales.
Cada una de las piezas debes pegarla con cuidado y mucha paciencia. Para la punta de la torre utiliza trozos más pequeños recortados con una navaja.
Como verás, no hacen falta materiales costosos para divertirte y dar rienda suelta a tu imaginación.

¡HAGAMOS UNAS ELECCIONES!

¿Qué te parece si en tu salón de clases o en tu colonia, organizas junto con tus compañeros un plan de actividades?

Las cosas que podrían hacer serían las de crear una cooperativa de alimentos nutritivos, formar grupos de crítica a programas de televisión, construir juguetes con materiales de desecho, intercambiar timbres, discos y libros, en fin, algo para divertirse sin que salga caro.

Cada mes podrá estar dedicado a una actividad en la que todos participen, pero en la que un niño sea el jefe o responsable.

Y para que todos conozcan la forma en que los adultos votan para elegir presidente, ¿qué tal si este plan de actividades lo hacen mediante elecciones?

LOS CANDIDATOS

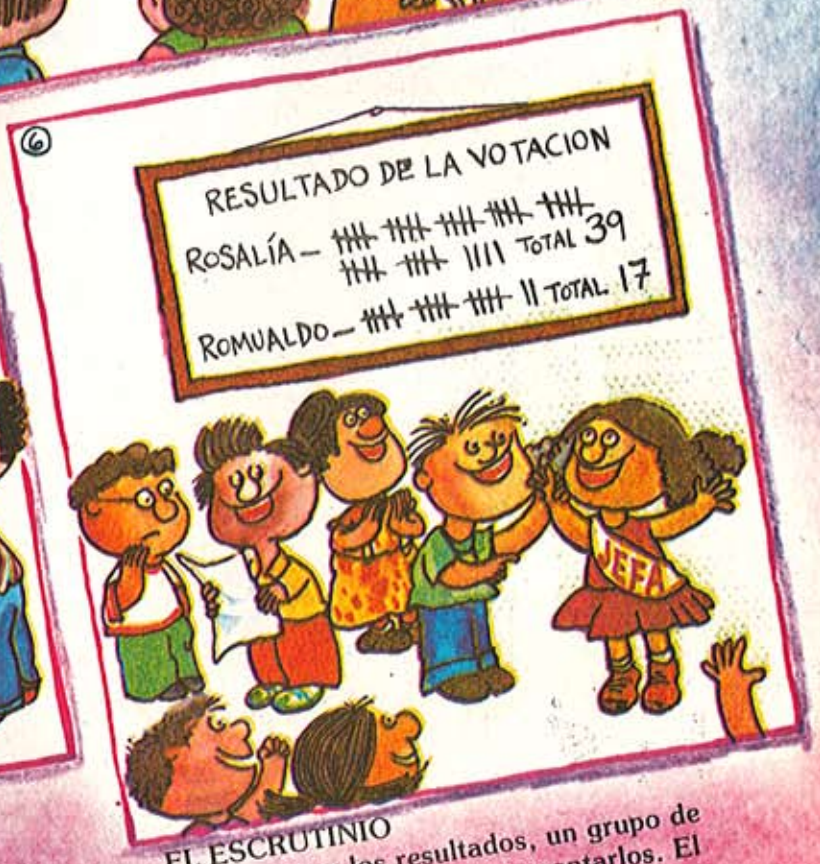
Después de haber escogido la actividad del mes, todos deben proponer candidatos, es decir, niños que puedan convertirse en jefe de la actividad.

EL PROGRAMA

Cada uno de los candidatos debe proponer buenas ideas para que la actividad del mes sea divertida y provechosa. Ningún candidato puede copiar las ideas de otro, cada uno debe sugerir diferentes formas de llevar a cabo la tarea, qué días de la semana, a qué hora, qué materiales se necesitan y cómo hay que reunirlos.

A CAMPAÑA

ar a conocer el
hay que hacer
ña. En esta hay
arse la simpatía
os compañeros y
ra ello se pueden
lizar carteles con
frases y dibujos.



LA VOTACION

Terminada la campaña, ya se puede votar. Hay que conseguir una caja de zapatos y hacerle una ranura en su tapa; esta caja será lo que se conoce como "urna". Cada uno de los niños, en forma secreta, apuntará en una hoja de papel el nombre del candidato que quiere para jefe de la actividad del mes. Después de doblar su hoja, cada niño la debe depositar en la "urna".

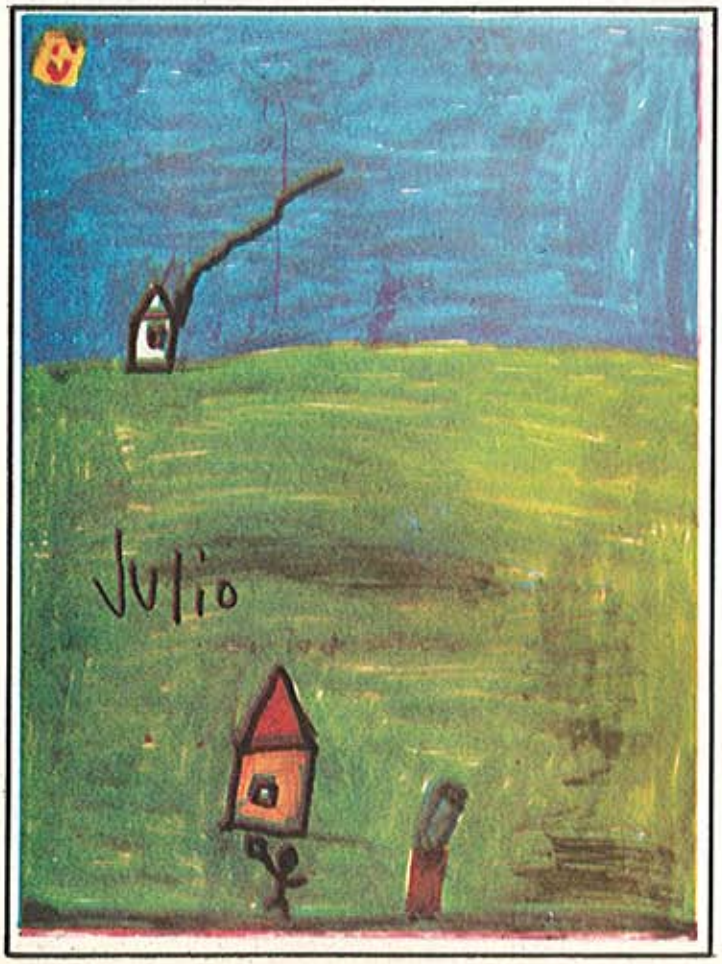
EL ESCRUTINIO

Para conocer los resultados, un grupo de niños debe revisar los votos y contarlos. El candidato que obtenga más votos a su favor resulta ganador.

Es así como durante un mes, el jefe elegido tendrá la responsabilidad de organizar la actividad y todos deberán apoyarlo pues representa a la mayoría, la cual tiene que exigirle cumpla bien con su función. El período del jefe termina al mes, cuando el grupo de niños decida iniciar otra actividad y para ello hay que hacer nuevas elecciones.

Guarda este **Brinco** para que no olvides los pasos de las elecciones y las puedas llevar a cabo con tus amigos cuantas veces quieras.

¿Que le pedirías al



La gente adulta siempre cree tener la razón y se olvida de la opinión de los niños.

El próximo 4 de julio, los mayores de 18 años irán a las casillas de votación para elegir al nuevo presidente de México que gobernará de 1982 a 1988. Pero ¿y los menores de 18 años?

El Brinco quiso recoger la opinión de los niños sobre el cambio de presidente. Para ello encuestó a 44 escolares de 6 a 14 años de edad. Estos fueron los resultados.

42 niños sabían que iba a haber cambio de presidente y 2 no sabían.

Acerca de los candidatos a presidente

37 habían oído hablar de Miguel de la Madrid del PRI.

17 de Pablo Emilio Madero del PAN

12 de Rosario Ibarra de la Piedra del PRT.

3 de Arnoldo Martínez Verdugo del PSUM.

2 de Ignacio González Gollaz del PDM.

1 de Cándido Díaz Cerecedo del PST.

7 no habían oído hablar de ninguno.

Estas son algunas de las respuestas que los niños dieron a la pregunta de ¿qué esperarías y qué le pedirías al nuevo presidente de México?

"Que sea amigable", Elizabeth Morales, 8 años.

"Que todo se mejore", Teresa García, 7 años

"Que sea muy bueno y ayude a los niños", Emilio Berdejo, 10 años.

"Le pediría que me ayude a ganar mucho dinero", Julián Mayorga, 12 años.

"Que baje el dólar", Rocío Pizarro, 6 años.

"Que voten los niños", Judith Minerva, 6 años.

nuevo presidente?

"Más escuelas", Carlos Jackson, 13 años.

"Más parques para jugar", Julio H. Hernández, 8 años.

"Que no nada más hiciera promesas, que las cumpliera", Rafael H. Villáseñor, 11 años.

"Que todos los niños puedan comer como yo lo hago diario", Ma. Teresa Hernández, 13 años.

"Más clubes deportivos especiales para niños", Liliana Díaz, 11 años.

"Que nos regalara un juguete", Gabriel M. Ledezma, 8 años.

"Que fuera bueno con todos", Liliana Aranda, 6 años.

"Que haga que los niños que no van a la escuela, vayan", Alonso Ramírez, 11 años.

"Que todos tuvieran escuela y que ninguno pasara hambre", Carlos Campos, 11 años.

"Cariño", Erick Pacheco, 8 años.

"Que no hubiera basura", Gabriela González, 8 años.

"Que fuera mejor", Ma. Elena Villaseñor, 8 años.

"Más parques públicos", Mariano Fuentes, 11 años.

"Que no haya guerras en México", Zena Berdejo, 11 años.

"Componer los parques y no tirar basura", Verónica Jiménez, 11 años.

"Que no hubiera mucho ruido", Leticia Rivera, 8 años.

Y tú, ¿qué dices? Envíanos tu opinión y sigue de cerca las votaciones del 4 de julio.

Por Rosa María Cantero

Aguas con los refrescos

"¡Qué calor! ¿Qué nos quitará la sed?", se preguntaron Dulce, Vero, Anabelli, Lino y Luly, que tienen entre nueve y doce años. Para saberlo, ellos compraron refrescos y también prepararon aguas frescas con fruta de la temporada bien lavada, agua hervida libre de microbios y un poco de azúcar.

Después de tomar ambas bebidas, nuestros amigos opinaron que fue interesante aprender a hacer aguas frescas porque son más baratas, nutritivas y sí quitan la sed, mientras que los refrescos sólo llenan.

¿QUE NOMBRE TIENE EL REFRESCO?	¿DE QUE ESTA HECHO?	¿A QUE SABE?	¿QUE SE SIENTE DESPUES DE TOMARLO?	¿QUITA LA SED?	¿CUANTO CUESTA EL TAMAÑO MEDIANO?
Orange Crush.	Según su nombre de naranja.	Como a mandarina, pero la natural es más sabrosa.	Empalagoso. Deja la lengua pintada de color naranja.	No. Da más.	$ 4.50
Pascual.	Dicen que de limones. pero han de ser agrios.	Medio agrio aunque tenga dulce.	Deja un sabor ácido.	No.	$ 4.50
Pascual Boing.	En el cono dice "guayaba".	A guayaba poco dulce.	La panza llena.	No bien.	$ 6.00
Jarritos.	Dice: sabor "tamarindo"	A tamarindo.	Deja la boca dulce.	No.	$ 4.50
Sidral Mundet.	Dice: "Está hecho de manzana".	A dulce y no tanto a manzana.	Empalaga. Es muy dulce.	No. Después de un trago da más sed.	$ 5.50
Pascual Boing.	Se supone que de piña.	A piña dulce.	Dulce. Queda la lengua pintada de amarillo.	Un poquito	$ 6.00
Coca Cola.	De cola.	Muy dulce.	Deja un sabor muy dulce.	Nada. Dan ganas de seguir tomando más.	$ 4.50

OTROS SABORES: Fresa, uva, mandarina, tutifruti, toronja.

Adivinanza

por Flavio Vázquez

No soy fruta. Aunque tengo su color,
no tengo su sabor.
Para unos soy la chispa de la vida,
yo para todos soy nocivo a la salud.
Todos gritan que refresco la vida
¿puedes decirme quien soy yo?

¿DE QUE ES EL AGUA?	¿DE QUE ESTA HECHA?	¿A QUE SABE?	¿QUE SE SIENTE DESPUES DE TOMARLA?	¿TE QUITA LA SED?	¿CUANTO CUESTA EL VASO MEDIANO?
De naranja	De naranja, agua y azúcar.	Muy sabrosa	Empalagoso y muy fresco.	Sí.	$ 1.85
De limón.	De limones, agua y azúcar.	A limón muy rico.	Frescura.	Sí, mucho.	$ 1.35
De guayaba.	De guayaba con agua y poquita azúcar, por que la guayaba es dulce.	A guayaba dulce.	Queda pegajoso el paladar.	Poquito.	$ 1.95
De tamarindo.	De tamarindo, agua y azúcar.	A tamarindo. Agrio.	Queda un sabor agrio riquísimo. Se quita el calor ¡qué rica!	No mucho.	$ 2.10
De manzana.	De manzana, agua y azúcar.	Muy bien. A manzana sabrosa.	¡Rico! Se siente fresco y se quita el calor.	Sí, después de dos vasos.	$ 3.10
De piña.	De piña, agua y poca azúcar porque la piña también es muy dulce.	A piña bien rica y dulce.	Un sabor rico y bien fresco, aunque si se toma mucha queda la lengua rasposa.	Sí, más si está helada.	$4.35
De jamaica.	De jamaica, agua y azúcar.	A jamaica sabrosa.	Bien fresco. Su sabor es medio fuerte.	Sí, mucho.	$ 1.00

OTROS SABORES: Fresa, uva, mandarina, melón, papaya, avena, chia, toronja, mamey, guanábana, mango, durazno, coco, higo, alfalfa, zanahoria, jitomate, apio, ciruela y de muchas otras frutas, semillas y verduras.

Cartas y brincos

Marzo 21 de 1982

Querido Brinco

Tienen razón en el reportaje sobre el chicle, solo nos p
caries, y es plástico, no nos ayuda, al contrario, nos perjudica,
y sin el chicle no nos vamos a morir, bien podemos comer
cosas que nos nutran y no perjudiquen.
También me gusta el reportaje sobre ¿En qué gastas t
dinero? Porque nos enseña que debemos fijarnos que compra
antes de comprar, porque al comprarlo, nos parece útil y fantástico
a los 2 días, no lo usamos y lo dejamos en un rincón, tamb
no debemos comprar alimentos afuera de la escuela porque
hacen daño, mejor ya llevar los alimentos preparados en casa

Me gusta leer la sección de El Brinco por que aprendo bastante

En el título el Brinco hay un niño que brinca, yo creo que quiere decir que, al leerlo, aprendemos con todas sus reportajes que nos enseñan y entonces damos un brinco adelante al aprender.

Paola Regina López Araiza
Tengo 10 años
voy en 4º año

"Tengo un perro llamado Güifi de 13 meses. Diariamente se come $ 30 de corazón. A la peluquería lo llevamos cada mes y en eso se gasta de 300 a 350 pesos. Mi mamá dice que si lo que gasta lo guardamos, al año tendríamos una buena cantidad, pero mi papá no quiere regalarlo. ¿Qué puede hacer mi mamá?"

Diana Vázquez
Calzada de Tlalpan 1905, int. 18
México D.F.

Diana: Creemos que no hay necesidad de regalar a Güifi, pues la compañía de un perro siempre es agradable. Lo que deben hacer en tu casa es comprarle únicamente lo necesario. Buscar por ejemplo un alimento más económico y acostumbrar a Güifi a las sobras. Por otra parte, la peluquería para los perros no es fundamental y, en dado caso, llévenla cada tres meses y así ahorrarán.

"Les agradecería mucho si me pusieran en contacto con personas de México y el extranjero que deseen intercambiar sellos".

Carlos García
Av. Alvaro Obregón Nte. 18
Escuintla, Chiapas
30600

Paola: Nos da mucho gusto que no caigas en la trampa de mascar chicle y también que sepas manejar el dinero que te dan. Es muy buena tu observación sobre el título de El Brinco.

"Lo que más me gustó de **El Brinco** fue lo de las pastas de dientes y lo de los plumones. Me gustaría que pusieran juegos así como '¿En qué gastas tu dinero?', adivinanzas o crucigramas y que me mandaran sugerencias acerca de no comer dulces".

Ana María Ramírez
16 de septiembre No. 209
Celaya, Gto.

Ana María: Sobre los dulces, procura no comer demasiados, y recuerda que debes lavarte los dientes después de ello. La fruta es un sustituto nutritivo de los dulces, recuérdalo.

"¿Te interesa la Astronomía? Sólo hay que subirse a la azotea por las noches y observar las estrellas. Para verlas amplificadas sólo hay que ahorrar y comprar un pequeño telescopio de unos 50 pesos. El problema es que para calcular las distancias tienes que estudiar muchas matemáticas. Te recomiendo ver el programa 'Cosmos', los sábados a las 7 de la noche por canal 5. Yo soy aficionado a la Astronomía".

César Ricardo Quiroz
Candelaria 24-B-403
Col. Rosedal
04330, México D.F.

César: Gracias por tu nota. Seguramente otros niños "astrónomos" te escribirán. Dominar las matemáticas sólo es cuestión de practica. A propósito de Astronomía, en **El Brinco** de julio publicaremos un reportaje del planetario de Zacatenco.

"... hicimos un experimento entre cosas que nutren y cosas que no. Llegamos a esta conclusión: la manzana roja, mmm, qué rica manzana; las golosinas ¡fuchi!, tienen saborizante y colorante artificial. Piénsalo y haz lo mismo que nosotros y verás que es verdad".

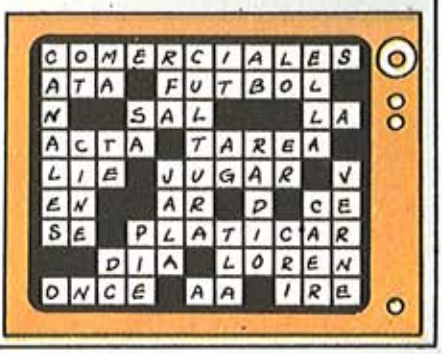
Rosalía Montiel
Tennessee 4, Col. Nápoles
01820, México D.F.

INTERCAMBIO DE TIMBRES

"Amigos: en el número de abril sacaron una sección de filatelia donde decía que podíamos intercambiar timbres. A mí me interesa mucho. Hablando de filatelia, en Aurrerá hay una promoción que contiene 40 timbres, les recomiendo no la compren porque cada paquete vale cien pesos".

Félix Bañuelos
Moras No. 558
Col. del Valle
03100, México D.F.

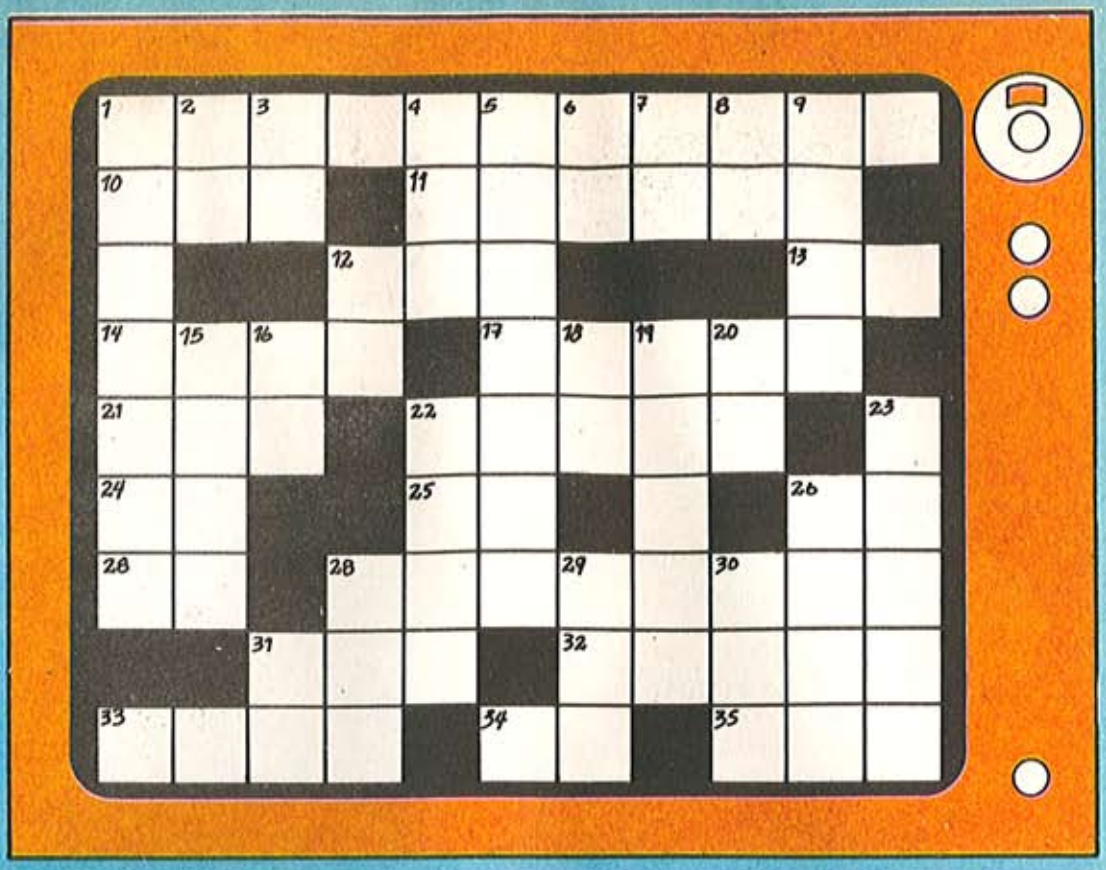
Solución de
OJO CON LA TELEVISION



Tu también puedes intercambiar timbres y correspondencia. Escríbenos y no olvides comentar y sugerir artículos.

El Brinco
Apdo. 20-600
01020, México D.F.

OJO con la televisión



Por Mauricius

HORIZONTALES

1) Anuncios.... No te creas todo lo que dicen.
10) Del verbo atar.
11) No veas tanta TV, mejor practica un deporte como el.....
12) Condimento de sabor contrario al azúcar.
13) Sexta nota de la escala musical.
14) Al registrar a un niño se levanta un..... de nacimiento.
17) No por ver un programa de TV te olvides de la..... que te dejaron en la escuela.
21) Del verbo liar. (Consulta el diccionario ahora y cuando no entiendas palabras de la TV).
22) Es emocionante..... con los amigos y no encerrarse horas y horas ante el televisor.
24) Preposición.
25) Terminación verbal. (Como la del verbo que ya pusiste en el número 22).
26) Nombre de la tercera letra del abecedario.
27) Del verbo saber. Yo...
28) Sinónimo de conversar. Otra buena actividad en lugar de enmudecer viendo la tele.
31) Un.... está compuesto por 24 horas que debemos aprovechar.
32) Sofía.....; apellido de la bonita actriz de cine.
33) En letras, el número del canal del Politécnico que tiene programas muy interesantes.
34) Iniciales de **Alcohólicos Anónimos.** Los anuncios que tienen en la TV son de los pocos que orientan y sierven.
35) Del verbo ir.

VERTICALES

1) En plural, las estaciones de TV que difunden programas.
2) Iniciales de **Oliver Twist,** recomendable obra de Dickens.
3) Forma abreviada de decir "mamá".
4) Iniciales de la República Federal Alemana.
5) Conjunto de tradiciones, costumbres y formas de vivir de un pueblo. A los programadores de TV se les olvida mucho.
6) Iniciales de Imagen Televisiva. La TV hay que verla de lejos para no dañarse la vista.
7) Primeras dos letras del abecedario.
8) Artículo neutro.
9) Pronombre personal. Es la tercera persona, femenino y singular. El y.....
12) Iniciales de **Sociedad Anónima.**
15)Es buena distracción ir al..... a ver buenas películas.
16) Primeras dos letras de la palabra televisión.
18) Primeras dos letras del octavo mes del año.
19) El programa "El Tío Pepe" pasa por la.....
20) Terminación verbal de comer, beber, correr.
22) Del verbo jalar. El....
23) Julio..... Apellido del autor de **La vuelta al mundo en 80 días.**
26) Venirse al suelo, perder el equilibrio.
28) Con el.....caminamos y hacemos ejercicio, en vez de engordar por estar sentado frente al televisor.
29) Primeras tres letras del dios de la lluvia. Su monumento está a la entrada del Museo Nacional de Antropología e Historia.
30) Una sola vez el nombre con que se conoce a Francisco Gabilondo Soler, el "Grillito Cantor".
31) Iniciales de David Cooperfield, novela de Dickens que merece ser recomendada para su lectura.